Kadın Bedeninin Spiritüel Gücü

Kadınların Beden Bilgeliğinden ve Spiritüel Gücünden Yararlanma Rehberi

RAY YAYINCILIK

HILARY HART

Kadın Bedeninin Spiritüel Gücü

KADIN BEDENİNİN SPİRİTÜEL GÜCÜ

Kadınların Beden Bilgeliğinden ve Spiritüel Gücünden Yararlanma Rehberi

HİLARY HART

Ray Yayıncılık
Kişisel Gelişim Dizisi
KADIN BEDENİNİN SPİRİTÜEL GÜCÜ
HİLARY HART

Yayın Editörü: Yasin Yanbul
Çeviri: Hatice Başaran
Dizgi: Çağla Açıkgöz
Grafik Tasarım: Tolga Kartal
Baskı Cilt: Hünkâr Ofset

HÜNKAR OFSET
Gümüşsuyu Cad. Odin Topkapı Center Topkapı/İSTANBUL
0535 736 50 66
HUNKAR_OFSET@HOTMAİL.COM

ISBN: 978-605-9030-02-1
Yayıncı Sertifikası: 27616
Baskı: Temmuz 2014

Bu kitabın tüm yayın hakları RAY Yayıncılık'a aittir. Yayın evimizden yazılı izin alınmadan tamamen veya kısmen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

RAY YAYINCILIK
Küçükyalı Cad. Yalı Apt. No:10 A Blok D.1
Yalı Mah. Maltepe İSTANBUL
0216 352 21 60
www.rayyayin.com

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ 7
Bölüm 1. Bütünlük 23
Bölüm 2. Besleme 37
Bölüm 3. Yerküre 61
Bölüm 4. Arınma 89
Bölüm 5. Güzellik 109
Bölüm 6. Topluluk 131
Bölüm 7. Özlem 153
Bölüm 8. Almak 173
Bölüm 9. Yaratıcı Boşluk 195
Bölüm 10. Yaşamın Kutsallığı 231

Alıştırmalar 247
Katkıda Bulunan Kişilerden Notlar.....287
Son Notlar 291
Teşekkürler.....293

GİRİŞ

Kadınların spiritüel gücü, dengesi bozulmuş bir dünyada eksik bir parçadır. İnsan sağlığı, yerkürenin canlılığı ve yenilenmesi, dünyevi yapılarımızın olgunluğu, böylece sadece azınlığın ihtiyaçlarına değil, bütünün ihtiyaçlarına hizmet edebilmeleri ve kolektif spiritüel tekâmülümüz, bunların hepsi kadınların kadınsal güçlerini yaşamalarına bağlıdır. Kadınlar henüz kitlesel olarak bunu yapmamaktadır. Bunun kısmen nedeni gücümüzün nasıl çalıştığını erkeklerin güçlerinden farkını, nasıl aktif hale getirilip güçlendirileceğini ve hayata nasıl hizmet edeceğini tek kelimeyle bilmememizdendir.

Gücünü bir şekilde hisseden kadınlar, genellikle yine de ona güvenmemektedir. Kadınsal güç, ataerkil dünyamızın tüm işleyişi ile o kadar çelişir ki, onunla birlikte yaşamak demek görünürde yaratılan, ifade edilen ve değer verilen 'iyi', 'önemli' ve hatta 'spiritüel' olarak içselleştirilen neredeyse her şeye karşı gelmektir. Birçok kadın gerçekte olduğu gibi yaşamaya tereddüt eder. Ancak güç ve olasılıkların tamamen yeni bir bölgesini keşfetmemize ve yaratmamıza yardımcı olacak, güçlerin lehimizde olduğu şimdiki zaman gibi zamanlar vardır.

Bu yeni bölgeye girmek için kadınların, birçoğumuzun içinde yaşadığı toplum tarafından reddedilen ve kutsallığı bozulan, psişelerimizde ve bedenlerimizde gizlenen kendi doğamızın veçhelerini geri kazanmaları gerekir. Bu güçler özlem, güzellik, yerküre ile zaman uyumumuz ve kabul etme, besleme, arındırma, hayatın kutsallığının farkına varma, tüm hayatı bir ortaklık olarak bilme ve yaratıcı boşluğun gizemiyle çalışma yeteneklerimizi içerir. Kadın doğasının bu yönleri güç olarak görülmeyebilir, ancak onları bilinçli olarak tecrübe ettikçe, onların yaşam ve değişi-

min muazzam güçleri olduğunu anlarız ve biz, şimdi içinde yaşadığımız bu güçleri reddeden dünyanın, mümkün olanın küçülen bir gölgesi olduğunu görmeye başlarız.

Peki, sürekli ilgi dağıtıcı şeyler ve alternatifler üreten bir Dünya'da bizim için doğal olanı nasıl geri kazanır ve ona saygı duyarız? Yaşamın, olduğumuz halimizle yaşama katkı sağlamamıza ihtiyaç duyması gibi, bize bunu nasıl yapacağımızı göstereceğine güvenebiliriz. Birçok kadın için bu zaten gerçekleşiyor. Etrafımızdaki hayatla ve birey olarak nasıl yaşadığımızla ilgili bir rahatsızlık ve huzursuzluk hissediyoruz. Radikal biçimde farklı bir şey için, ortaya çıkan ve inkâr edilemeyen bir özlemimiz var. Daha doğal gelen yaşamları özlüyoruz.

Kadınların bu özlemi son derece güçlüdür ve her kadına gerçek olanı anlayabileceği ve hatalı olanı çıkarıp atabileceği kendi fırsatlarını çeker. Bu durum sıklıkla, zihnin ve kültürel şartlanmanın sınırlamalarının ötesinde olayları açığa çıkarma yetileri olan rüyalar vasıtasıyla meydana gelir ve birçok kadın varlıklarında karşılık bulacak daha derin ve gerçek bir şeyler hissedebilecekleri diğer kadınlarla döngüsel ve törensel olarak karşılaşmaya sürüklenir. Nasıl meydana geldiğinden bağımsız olarak, kadınların bu hatırlama kaynaşması, dürüst bir hesaplaşmaya ve kendimiz olarak yaşamamızı kısıtlayan yapılardan sosyal, spiritüel ve psikolojik ayrılmaya zorlar.

Esasen, irade gücü gibi eril değerleri ve başarı aracı olarak bencilliği yücelten ve kişisel amaçlardan ziyade topluma hizmet eden ilişkilere ayak uydurmayı, özlem duymayı, yerküreyi onurlandırmayı ve besleme için doğal yetimiz gibi kolektif dişil doğamızın son derece güçlü yönlerini onurlandırmakta başarısız olan hâkim kültürel paradigmayı kabul etmemizi içerir. Bu, spiritüel mirasımızın ataerkil yönüne ve dünyamızın büyük dinlerinin nasıl erkekler tarafından ve onların spiritüel gelişimi için tasarlandığına ışık tutar. Bu miras güce, dünyanın ötesine yükselmeye, beden ve onun ihtiyaçları üzerinde hâkimiyet kurmaya ve fiziksel ızdırabın yüceltilmesine vurguyu içerir. Kadınlar olarak bizler,

bedenlerimizin efendisi olmaya değil, onu ve onun yaşama nasıl hizmet ettiğini keşfetmeye ve onu onurlandırmaya ihtiyaç duymamızdan dolayı, bu yaklaşım genel olarak kadınların doğal maneviyatına terstir. Aşkın diyarlara yükselmeye odaklanan kadınlar, belki de daha önemli olan dünyanın yaratıcı karanlığına inişi riske atarlar. Kadınların doğuştan gelen en büyük spiritüel yeteneklerinden biri, yaşam hakkında bilgi kazanmak değil, yaşamın kutsallığını süregelen bir şekilde nasıl sürdürdüğümüzdür. Bunu bilgi veya çaba yoluyla değil, sevgi, şefkat, özen ve hatta fedakârlık yoluyla yaparız.

Yüzyıllar boyunca toplum tarafından kötülenmiş birinin, kendi doğasına sadık bir şekilde yaşaması çok cesaret gerektirir. Genellikle en yalın bir anda bir işaret yakaladığımızda dahi, çevremize bakar ve bu tecrübemizi konumlandıramaz, yansımasını veya onun için hiçbir saygı göremeyiz. Kadınlar için hayat çoğu zaman kendi kendisi ile hayatta kalmayla, başarıyla ve basit olarak sadece görüntüsüyle çelişir. Kendimizi unutmamız ve kendimizden ödün vermemiz çok kolay ve çok yıkıcıdır.

Günümüz spiritüel öğretileri, 'varlıksallığımızın' kadınların gücünün olduğu yerde olduğunu vurgular. Ancak dünya sürekli olarak dikkatimizi başka yöne çekerken, kendi varlığımızın değerini nasıl bilebiliriz? Kadınların varlığının, ataerkil imajının telkin edeceği üzere yerleşik, kısıtlayıcı veya eve bağımlı değil, dönüştürücü ve yaratıcı olduğunu nasıl anlamaya başlayabiliriz? Varlığımızın gücünü bulmamız ve onu modern dünyamızdaki değişimin bir gücü olarak onurlandırmamız gerekir. Bu cesaret azim ve bilgelik gerektirir.

Bizleri üstü kapalı tutan sadece dünyamızın ataerkil yapıları değildir; kadının gücünün çoğu aslında gizlidir. Işığımızın kökeni, bilinmeyenin karanlığındadır. Ama kadınlar, kendilerinin ufak gizemli pırıltılarını, gece ortaya çıkan ateş böcekleri gibi görebilirler, bir an oradadır ve sonra yok olur. Bunu o ışığın, sadece uygun ortamı değil, evi olan karanlığı kaybetmeden yapabiliriz. Bu, işlevini yerine getirebilmek için netlik ve ışığa dayanma eğili-

mi olan dış dünyada daha çok ortaya çıkan, birlikte yaşamak zorunda olduğumuz bir çelişkidir. Günümüz ataerkil dünyasında ilgi odağı haline geldikçe, doğamızın özünde olan bu gizli derinliği onurlandırmak bizim zorlu görevimizdir.

Bu kitap kadınlar için, gördüğümüz ve bildiğimiz şeylere güven duyma ve destek kazanmaya yönelik bir yoldur. Spiritüel öğretmenlerden, vizyonerlerden ve şifacılardan, kadınların ezoterik bedenleri ile ilgili daha önce kullanılabilir olmayan bilgileri içerir, ancak bu kitabın özü, kadınların deneyimleri ve rüyalarıdır. Burada çoğunlukla, topladığımız 'bilgiden' bağımsız olarak, kalplerimize ve bedenlerimize doğru gelen şeylere dayanıyoruz. Bu kitabın, içimizdeki gerçeği yansıtan ve onaylayan kadınlardan oluşan bir grup gibi olmasını umuyoruz.

Kadınlarda öyle güçlü bir şey vardır ki, doğamızı onurlandırmak için bir araya gelir. Gücümüzü kendimize veya birbirimize karşı kullandığımızda özel bir ihlal hissetmemiz gibi, gücümüzü birbirimizi desteklemek için kullandığımızda da özel bir uyum yakalarız. Batı Afrika'nın Dagara kabilesinden yaşlı Sobonfu Somé'nin dediği gibi: *"Bir kadının en büyük destekçisi başka bir kadındır. Ancak bir kadının düşmanı, kardeşliğin değerini bilmediğinde diğer bir kadındır."*

Kadınların Spiritüel Gücü

Bu kitapta tarif edilen güçler, kadınların doğasında vardır. Bu, güçlerin beden ve enerji sistemlerimize entegre edildikleri, hem zihnimiz ve hem kalbimizle birlikte çalıştıkları anlamına gelir. Onlar bu dünyada içgüdüsel olarak yaşama şeklimiz ilişki kurma, güvenme, sevme ve hizmet etme şeklimizdir. Ataerkil toplumda hayatta kalmak veya gelişmek için birçoğumuzun doğal olanı kısıtlamasından dolayı, aslında birçok kadın bu şekilde yaşamaz. Ancak doğal güçler oldukları için, daima yürürlükte kalan bir davetiye gibi her zaman bizimledirler. Bu güçler sadece

kadınlar tarafından sahiplenilmez. Erkekler de güzellikle ilgilenebilir, hayatın kutsallığını bilebilir. Ama kadınlar eşsiz bir şekilde onlara bağlıdır, onların farkındadır, onlara açıktır ve onlar tarafından ihtiyaç duyulurlar.

Kitap özellikle dokuz güce odaklanır, ama daha fazlası veya daha azı olabilir. Başka isimlerle adlandırılabilirler (ve muhtemelen adlandırılmışlardır!). Güçlerin sıklıkla birbirlerinin yerine geçebildiğini ve birlikte çalıştıklarını göreceksiniz. Özlemimizi dünyadan ayrı tutarak yaşayabilir miyiz?

Hayır, çünkü özlemimiz bedenimizdeki hücrelerdedir ve bireysel ihtiyaçlarımızın ötesinde yerküreye hizmet eder. Gerçek güzelliği bilip de kendi spiritüel doğamızı bilmememiz mümkün müdür? Hayır, çünkü güzellik ilahi olanın bir ifadesidir ve kendi ilahiliğimizle konuşur. Yaşamın kutsallığını kabul edip de başkalarını beslemekten kaçınabilir miyiz? Hayır. Yaşamın kutsallığına dair bilinçli farkındalığımız beslenmenin ta kendisidir. Kadınlar eskiden bunun doğru olduğunu bilirlerdi. Ancak ayrımcılığı ve bireyselliği vurgulayan bu çağdaş dünyada her şeyin birbirine bağlı ve bağımlı olduğuna dair derin gerçeği unuttuk; yaşamın tüm yönleri bütünün yanı sıra diğer her şeyin yansıması olarak görülebilir. Bu doğal birlik ve bütünlük hissi, kadın bilgeliğinin temel unsurudur.

Bazı kadınlar bir ya da iki güçle özdeşleşip diğerlerini hissetmeyebilir. Bazıları için özlem, nefes gibi doğal olabilir. Diğerleri anlamayabilir, ama yerküreye özen göstermek için içgüdüsel kabiliyetler her zaman erişilebilir olduğundan, hayvan ve bitki ruhları ile kolayca iletişime geçebilirler. Başka bir kadın içgüdüsel olarak güzelliğinin gücünü, hayatını nasıl geliştirdiğini ve sevgiyi nasıl yaydığını kavrar. Bir diğeri beslemenin gücünü anlar ve çevresindeki insanların onun varlığının ışığıyla nasıl geliştiğini hisseder. Hepimiz kendimize ait ilahi özelliklere ve doğuştan gelen eşsiz yeteneklere sahibiz.

Bu kitapta bu güçler 'spiritüel' olarak adlandırılmıştır, çünkü önemli işlevlere, fiziksel boyuta dâhil olan, ama çoğunlukla

görülmeyen bir boyutta spiritüel olarak hizmet ederler. Bir kadın güçlerini bilinçli olarak deneyimlediğinde, giderek genişleyen çok boyutlu bir bütünün içerisinde, izole edilmiş benlik algısının ötesinde, kendi yerini bulur. Bu 'bütün' sizden ve benden daha büyüktür ve herhangi bir bireyin veya tek başına insanlığın ihtiyaçlarından bile fazlasına hizmet eder. Büyük gizeme hizmet eder. Yaşamdan yaşamın yayılmasına hizmet eder. İlahi aydınlanma sürecine hiç bitmeyen tekâmül sürecinde engin ve geniş spiritüel enerjilerin yaratılmasına hizmet eder.

Bir kadın için, dikkatini çok kısıtlı bir 'ben' duygusunun ötesine çeken ve kendisini gerçekten yaşayabileceği anlaşılamaz bir enginliğe doğru ve o enginliğin içine yönlendiren bir biçimde yaşama ihtimali, burada 'spiritüel' olarak ifade edilen şeydir. Ancak bu yaşanan spiritüalitede birkaç kural vardır ve hiç doğma yoktur, sadece bilinci genişletme olanakları ve bize anlamlı gelen bir dünyada kendimiz gibi yaşamak için artan olasılıklar vardır. Çünkü ne kadar çok kendimiz olursak, dünya tüm bakımlardan o kadar çok değişir. İşte o kadar güçlüyüz.

Kadınların spiritüel gücü, erkeklerinkinden ayrı şekillerde hizmet eder. Tıpkı kadın bedeninin yaşamın devamlılığına erkeklerinkinden farklı bir şekilde hizmet etmesi gibi, spiritüel doğamız da farklı bir şekilde hizmet eder. Araştırmacı, Taoist ve Chi Gong ustası olan Dr. Guan Cheng Sun'ın açıkça söylediği gibi: *"Kadınların bedeni canlıdır! Kadınların bedeni bilgedir, çünkü erkek bedeninin sahip olmadığı bir canlılığa sahiptir!' Bu basit ve tamamen gizemli gerçek bedenlerimizin eşsiz olduğu gerçeği yaşam sistemleri içerisinde kadın ve erkeklerin spiritüel sorumlulukları arasındaki en büyük farka işaret eder".*

Bu bazılarına, özellikle spiritüel yönelimlerinin kendilerini bedenden uzaklaştırıp daha genel, evrensel ve cinsiyetsiz gerçekliğe odaklanmalarını sağlayanlara şaşırtıcı gelir. Ancak bu kitaba katkıda bulunanlar tarafından defalarca tekrar edilen başlıca anafikir, kadınların hayatın farklı bir spiritüel işlev ihtiyacını karşıladıklarıdır. Sufi öğretmen Llewellyn Vaughan Lee kadınların

'dünyadaki ışık hücrelerini canlandırma' kabiliyetini erkeklerin basbayağı yapamadıkları bir iş olduğunu söylediği vurgular. Aleut yaşlılarından (Aleutlar ya da Unanganlar, Aleut Adaları-'nda ve Alaska'nın bir bölümünde yaşayan Eskimo Aleut halklarının Eskimolar dışında kalan grubudur) Ilarion Merculieff, kadınların törensel olarak bir araya gelmeleri gerektiğini, aksi takdirde 'dünyaya yeni hiçbir şeyin doğmayacağını' söyler. Erkeklerin böyle zamanlardaki rolünü 'kadınların bu işi yaparken onları desteklemek ve korumak' olduğunu söyler.

Kadınların spiritüel gücünün farklı olduğunu göz ardı etmemenin vakti gelmiştir. Bunun nedeni kısmen bedeni onurlandırma zamanının gelmiş olmasıdır. Spiritüel yaşamımızda cinsiyete sahip bedenimizin ilgisini inkâr etmek, fiziksel ve spiritüeli birbirinden ayrı kabul eden ve fizikseli çok daha gerçek olan bir şeyin aldatıcı bir gölgesi olarak gören dünya görüşünün bir parçasıdır. Bedenlerimizin kapasitesi dâhilindeki mutlak kutsallığını içgüdüsel olarak anlayan kadınlar için bu ayrım bedenin önemini azaltma hiçbir anlam ifade etmez.

'Fiziksel', 'spiritüel', 'sıradan' veya 'olağanüstü' gibi etiketlerden bağımsız olarak, tüm yaşamın içinden geçen tarif edilemeyen bir sihirle görmenin ve çalışmanın, kadınlar için doğal olanla ilgisi nasıl olabilir ki? Bu, doğuştan gelen spiritüel yeteneklerimizden biridir hayatta görünürde yaşadığımız doğamız olan bütünlük. Kadınlar çoğu zaman sıradan spiritüel veya fiziksel spiritüel arasındaki ayrıma katlanamaz, çünkü günlük hayatta bile, küçücük bir elde veya gülümsemede tüm evreni bulabiliriz. 'Sıradan' hayattan başka tarafa yönelmenin ağırlığını taşıyamayız, çünkü ne kadar çok insanın bize güvendiğini hissederiz. Sevginin yerküreden ayrı olmadığını biliriz, çünkü hamileyken ve bebeğimizi emzirirken bizler aynı zamanda hem sevgi hem besinizdir. Fiziksel olarak varlığımızı sürdürme, her kadında doğuştan bir yetenek olarak var olan olağanüstü bir birlik halinde spiritüel beslenme ile karışmıştır.

Kadınların gücünün çoğu, bedenlerinde kendiliğinden etkin hale gelir. Onlar yaşamın kendi kendisine verdiği hediyelerdir. Regl olduğumuzda bir çocuk doğurabilmek için arınırız, ancak bu fiziksel arınma gerçekleşirken, aynı zamanda enerjik bir temizlenme de meydana gelir. Fiziksel bedenlerimize, bu dünyaya bir ruhun doğabilmesi için spiritüel ışığı kabul ederiz. Bedenlerimiz sevgi ve yemek haline gelir ki bir çocuğun gelişmesi için gereken tek besin bunlardır. Güçlerimizin birçoğu o kadar doğaldır ki onları güç olarak görmeyiz. Elbette dünya da görmez.

Etkin olduklarında spiritüel olarak değerlendirilmemeleri gibi (regl'nin spiritüel bir güç olduğunu kim düşünürdü?), biz kadınlar da onları o şekilde kabul etmeyiz. Ne de olsa bunlar bedenlerimizin sıradan işlevleridir. Ancak spiritüel deneyimler genellikle bu şekilde çalışır serbestçe ve tamamen karşılıksız olarak verilirler, ancak onları bilinçli olarak fark etmek, oldukları halleriyle görmek ve onları sevdiğimizden dolayı hayatlarımıza tekrar tekrar çekmek, onları özlemek ve onları paylaşma ihtiyacı duymak bizlere bağlıdır. Tüm bunlar, çevremizdekilerin de onlara ihtiyacı olduğundan dolayıdır.

Kadınlar güçlerimizin ve içgörülerimizin sadece fiziksel anlamda değil, ancak spiritüel anlamda da evrimsel gereklilik olduğunu anlarlar. Güçlerimiz, bazen saygı duyuldukları ev yaşamının güvenliğinin ötesindeki bir alandaki amaç için yeniden ilgilenebileceğimiz ve yeniden geri kazanabileceğimiz güçlerdir. Kişisel yaşamlarımızda arzunun gücünü kadınların çoğu anlar, ancak iş veya politika dünyasında bu güce sadık kalmakta başarısız olurlar. Birçok kadın çocuk yetiştirdikten sonra yitik kalır, sanki toplum yapısında onlar için hiç yer yokmuş gibi, yaratıcı boşluğun veya beslemenin gücünü doğum ve çocuk büyütme süresince varlığı yoğun olarak hissedilen ve erişilebilen daha geniş bağlamda nasıl yaşayacaklarını bilemez haldedirler. Genellikle de yer yoktur. İşimizde beklenenden daha çok başarılı olmak için sevgi ve ilgiyi evde bırakırız. Kendimizi ifade etmek için alıcılık ve dinleme gücümüzden feragat ederiz; bir kaçıp kurtulma ve

öne geçme teşebbüsünde bütünlüğü ve uyum sağlama gücünü unuturuz. Yerküreyi ve kendi bedenlerimizi nesneleştiririz, çünkü kültürümüzdeki birçok erkek bunu yapar ve biz erkekler tarafından sevilmek ve saygı görmek isteriz. Yeni bir dünya yaratmak için doğal güçlerimizi kullanmaktan ziyade, eski dünyada güvenli bir yer bulma umuduyla boş veririz.

Bunların çoğu bilinçsizdir. Hepimiz ataerkil varsayımları ve değerleri çok kolay içselleştirdik. Sevme, besleme, arındırma ve yaratma güçlerimizin en iyi şekilde aile ve arkadaşlardan oluşan özel bir çevrede sürdürülebileceğine, politika veya iş hayatında uygun olmadıklarına inanırız. Özlemimizin bir çeşit psikospiritüel tarafsızlığın yozlaşmış gölgesi olduğuna ve dolayısıyla özgün bir spiritüel deneyimimizin önünde sürekli engel olduğuna inandırıldık. İtiraf etmiyoruz, ama çoğu zaman bedenlerimizin dünyanın kendisi gibi erkeklerin ihtiyaçları ve işlerinde kullanılmak dışında çok az amacı olduğuna inandık.

Eğer bu sapmalara inanmasaydık, yozlaşmanın bu kadar uzun süre devam etmesine ve bizi ekolojik bir felaketin eşiğine getirmesine izin verir miydik? Hükümetlerin savaşa sağlıktan daha çok değer vermelerine izin verir miydik? Çılgın para hırsının kültürel ve insani gelişimimiz için diğer birçok olanağı gölge de bırakmasına izin verir miydik?

Her ne kadar ataerkil ülkülere tamamen katılmasak da, genel olarak doğru ve bize yakın olanı savunuruz, hayatımızın tüm alanlarında onlarla dışarı çıkamaz veya onlarla çıkmaya istekli olmayız, kafamıza onlar sokulur, onları onurlandırırız, onları canlandırırız. Her iki durumda da, hepimiz kadınların kayıtsızlığından muzdarip olduk. Kadınlar muazzam spiritüel güçlere erişebileceğimizi ve bize çok doğal gelen bu harika gücün dünyayla harika spiritüel uyumluluğunu unuttu.

Kadınların ihtiyaç duyduğu ve onlar için fırsat olan şey, kadın olarak spiritüel deneyimlerimizin geri kazanılması ve hatırlanmasıdır. Bütüne nasıl hizmet edeceğimizin artan anlayışı ile birlikte, olduğumuz gibi yaşamaktır. Artan sorumluluk ve büyük

değişim için yeni fırsatlar yaratmada, gücümüzün işin çoğunu yapacağına gücümüz etkinleştirildiğinde güvenmektir. Bu, güçlerimiz bizi ve kolektif kültürümüzü aşırı ihtiyaç durumundan yaşama hizmet etmeye yok etmeye değil, yönlendirirken onları takip ederek, kendilerinden alçakgönüllülükle istifade etmemiz anlamına gelir. Kalbimizdeki tüm güçlerimizin işte, evde ve dünya da bir yeri vardır. Fiziksel yaşama hizmet eden tüm güçlerimizin spiritüel yenilenmede bir rolü vardır.

Kişisel ve kişisel olmayan arasındaki, yerel ve küresel arasındaki, verileni yaşamak ile doğuştan yeteneklerimizi yaşamanın yeni yollarını yaratma arasındaki uçurumu aşmak kolay değildir. Ama neyse ki bu zorluğa karşı harekete geçmek için ihtiyacımız olan kalıba sahibiz sadece onu aktif hale getirmemiz gerekiyor.

Kadınlar ve 'Kadınsılık'

Bu kitap, kadın olarak gücünü ortaya çıkarmayı arzulayan ve kendilerine anlam ifade edecek bir dünyada yaşamak isteyen kadınlar için yazıldı. Bu arzu, hükümetlerimizin insan hayatını koruyamamasına karşı duyulan rahatsızlık ve öfkeden, tüm türlerin ve ekosistemlerin yok oluşuna karşı duyulan derin umutsuzluğa kadar değişik biçimlerde kendini gösterir. Büyük çabalara rağmen gerçekleştirilmemiş olan bireysel spiritüel olasılıklar çevresindeki karışıklıkta ve sosyopolitik özgürlükler ve fırsatlarda bu kadar edinimlere rağmen güçsüz hissetmenin verdiği üzüntüde tezahür eder. Bu, kaybetmenin üzüntüsüyle ortaya çıkar, ama aynı zamanda eğer daha süptil ve derin yeni bir dünya ve yaşamla bir yakınlık ve uyum vaat eden bir şeye uyumlanabilirsek, neşe ve hoşluk hissedebiliriz.

Burada bahsedilen güçlere, kelime aslen kadının niteliklerine atıfta bulunduğundan dolayı 'kadınsı' denilebilir. Ama genel olarak bu kitap, kadınların doğal güçleriyle birlikte yaşamalarıyla ilgilidir. Cinsiyete bağlı olmaksızın herkese açık olan dişil enerji-

lerle psikolojik, arketipsel veya ilahi ilgili değildir. 'Kadın' kelimesi üzerine bu vurgu kasıtlıdır. Çünkü hem eril hem dişil nitelikleri bilme ve onurlandırma dürtüsü önemliyken, kadın ve erkek her iki cinsiyetin de kadınları onurlandırmaktan alıkoymaya yönelik üstü kapalı bir yönü vardır.

Bu, dünyevi somutlaşmalardan nitelikleri ve gücü ayırmak için bilinçsizce mücadele eden ataerkil gücün dürtüsüyle ilişkili olan garip ve güç anlaşılan bir fenomendir. Gerçek, yaşayan ve nefes alan kadınlardan 'kadınsı' güçlerinin ayrılması, kadınların ezilmesini kolaylıkla kalıcılaştırır. Tarihsel açıdan bu fenomen Orta Çağ'da, sapkınlık için gerçek, yaşayan kadınlara zulmün her zamankinden yüksek olduğu, aynı zamanda Meryem Kültü ve dişil spiritüel saflığın ideallerine hürmet popülerken iş başındaydı. Bu dinamiğin vuku bulduğunu, psikolojik bağlamda bir erkek içindeki kadınsı doğayı (Carl Jung'a göre anima) bir kadına yansıttığında ve böyle yaparak kadının aslen olduğu gibi bilinme fırsatını inkâr ettiğinde daha üstü kapalı olarak görüyoruz.

Gerçek kadının herhangi bir ifadesi anima idealine meydan okur. Bu, erkekte ilk önce hayal kırıklığına, sonra düşmanlığa neden olabilirken, kadında kafa karışıklığı, hayal kırıklığı ve sıklıkla vazgeçmeye neden olur. Marilyn Monroe kolektif anima idealinin kültürel bir hedefiydi ve bu boğucu örtünün altında ezildi.

'Kadınsı' spiritüel niteliklere hayran olma ve gerçekten yaşayan, nefes alan kadını unutma eğilimi, çağdaş spiritüel çevremizde ve onun 'kadınsılığa' olan yenilenen ilgisinde de iş başındadır. 'Kadınsı' güçlerin erkekler ve kadınların her ikisince de eşit oranda elde edilebilir olduğunu düşünür ve buna inanırız. Günümüzde bu eğilim kısmen, sosyopolitik bağlamda aslında doğru olmadığını bildiğimiz tüm güçlere eşit erişimi vurgulayan Amerikan idealizmi ile sürdürülür. Bu yaklaşım, doğası gereği eril ve ataerkil bir kültürde yayılmış olan, en aşikârı, spiritüel enerji söz konusu olduğunda bedenin konuyla bağlantısız veya yanıltıcı olduğunu iddia eden varsayımlar tarafından desteklenen bir eğilimdir. Eğer spiritüel olarak bedenin ilintili olduğunu

gerçekten kabul edebilseydik, o zaman birbirinden oldukça farklı olan erkek ve kadın bedenlerinin, birbirinden farklı spiritüel güçlere ve olasılıklara ev sahipliği yaptığını da kabul etmemiz gerekirdi.

Advaita Vedanta ikicisizlik geleneğinin takipçisi Pamela Wilson, 'Bireysel ve kolektif olarak bedenlenme doğallığa tam bir dönüş neredeyse başladı gibi görünüyor." Demiştir ve işte başladı. Spiritüel olarak yüzyıllardır cennete odaklanmıştık, dünyevi harikaları ve güçleri büyük ölçüde görmezden geliyorduk. Dünyevi bedenimize geri dönmek gelişmenin bir aşaması birçoğumuzun tereddütle yaklaştığı bir aşamadır. Kendi bedenlenmemizin farkındalığına vardıkça, çağdaş dünyamızın içselleştirdiğimiz değerlerinin birçoğu kim olduğumuzun yeni anlayışında zamanla kaybolacaktır. Önümüzde yepyeni dünyalar açılır. Hem dünyadaki hem de bireysel olarak bedenlerimizdeki yeni enerjiler, tıpkı yeni ilgilenilen her şeyin kendini yeni bir biçimde ortaya koyması gibi karışır ve etkin hale gelir. İnip bedenimizde uyandığımızda, fiziksel bedenlerimizin farklı olması gibi, spiritüel doğamızın da farklı olma ihtimalini keşfetmek anlamlı değil midir?

Bu kitap da böyle bir keşiftir. Birçoğu, yaşamak için bilinçli veya bilinçsiz olarak özümsenmiş eril niteliklere sahip olan ataerkil bir toplumda yaşadığımızdan dolayı bu süreçte kendimizi doğamızdan uzaklaştıran kadınlar için yazıldı. Tao Te Ching 'Erkeksi olanı bilin, ama kadınsı olana bağlı kalın.' tavsiyesinde bulunur. Ancak kadınlar olarak eril olanı ve onun ataerkil sapkınlıklarını çok iyi bildiğimiz halde, varlığımızın yön değiştiren gizeminde tökezliyoruz.

Bu kitap, her ne kadar onların da keyif alabileceğini düşünsem de, kadınsı enerjiyi ve arketipleri anlayan ve ona ilgi duyan erkekler için yazılmadı. Erkekler için kadınsılığın birçok yönünü bilme ve onurlandırma görevi farklıdır. Kendi içindeki kadınsı yanlarına yolculuk etmiş olan erkeklerin, o aynı garip ve korkutucu yolda diğer erkeklere rehberlik etmeleri ve kendileri için kadınsılıkla ve hayatlarındaki kadınlarla doğru ilişkiler kurmaları gerektiğine inanıyorum. Bir kadın olarak onlara bu çabalarında

ancak güçlükle bir rehber olabilirim. Spiritüel bağlamda kadınlar ve erkekler arasındaki nitelendirme ve burada kadınlara odaklanılması, erkeklerin veya erkeklerin gücünün reddedilmesi olarak anlaşılmamalıdır. Kendilerine 'Büyükanneler' diyen enerji varlıkların ziyaretine uğrayan Dorothy Atalla, böyle bir mesaj iletmiştir: Bizim üzerinde durduğumuz erkeklerin dışlanması değildir, daha ziyade kadınların Anne'nin soyuyla olan bağlarıdır. Erkekler bu dünyada farklı yetenekleriyle hizmet etmek için vardır: Bu dünyada yaşamın farklı bir yönünü, farklı bir enerjisini bünyelerinde barındırırlar. Ama bizim tüm bu açıklamamızda odaklanmak istediğimiz nokta, kadınların bedenlenmesidir erkeklerin değil.

Erkeklerin kadınlara odaklanma yüzünden kendilerini dışlanmış hissetmemesi gerektiği gibi, kadınların da erkeklerin konu ile alakasız olduklarını hissetmemeleri gerekir. Bu kitaptaki katkıda bulunanlar arasında kadınların spiritüel doğasına dair en fazla detaylı ezoterik bilgi paylaşan, erkeklerdir. Onlardan biri, yaşlı Aluet, Larry (Ilarion) Merculieff ataerkil dünyada kadınların kendilerini keşfetmelerini ve güçlerini yaşamalarını sağlamak için 'kapıyı açacak olanın' erkekler olacağını açıklamıştır. Bu akla yatkındır. Yarattıkları dünyadan çıkış için erkekler kapıyı yaratmalıdır. Ancak o kapıdan adım atıp ötesindeki dünyayı yaratacak olan kadınlardır.

Neden Şimdi?

Son birkaç bin yıldır erkekler hüküm sürmüşlerdir, evrensel kültürümüzün çoğu yönünü geliştirmede eril idealleri, umutları ve değerleriyle yol göstermişlerdir (kadınların desteğiyle). Bu, özellikle politika, bilim ve teknolojide büyük ilerlemeler kat edilmesini sağlarken, yaşam sistemlerimizin çoğunun bizim zihinsel ve fiziksel sağlığımızın, yerkürenin sağlığın yozlaştığı, tehlikeye atıldığı ve yıkıldığı bir dünya yaratmıştır. Çok fazla canlı türünü, beynimizdeki ve bedenimizdeki hücreleri, çok fazla topluluk

üyesini ve haddinden fazla ormanı kaybettik. Suyumuz ve yiyeceğimiz zehirli ve elbette sonuçta bedenimiz de zehirli hale geliyor. Bir kriz noktasına geldik. Artık tüm yaşamın yenilenmeye, onarılmaya ihtiyacı var. Beslenmeye ve sevgiye ihtiyacı var.

Bu büyük ölçüde kadınların işidir. Hepimizin katılması gerekiyor, ancak kadınların fiziksel bedenleri, ezoterik bedenleri ve psişeleri iyileşme ve yenilenmeye özellikle uyumludur. Çocuk doğurduğumuzda veya karşılıksız sevdiğimizde bu kudreti yaşarız. Kendi benliğimizin farkında olduğumuz her zaman bunu yaşarız. Hayatın kendini beslemesi için bir araç haline geliriz. Bu beslenme erkekler tarafından kullanılamayan fiziksel boyutu içerir. Erkeklerin çocuk doğuramaması gibi, kadınların olduğu şekilde spiritüel enerjiye kanal olamazlar.

Kadınlar bu kitapta tarif edilen güçleri kabul edip değer verdikçe, güçler aktif hale gelir. Özlem, ihtiyacımız olan tüm sevginin yaratılmasında yardımcı olur. Besleyici ilişkilere olan ihtiyacımızı değerlendirdikçe, topluluk çevremiz genişler, çevremizdeki hayata her geçen gün daha çok fayda sağlayan sevgi ve ilgi için yollar yaratır. Yaşamın kutsallığına dair vizyonumuz yaşamın kutsal özünü ateşler, bövlece yerkürenin hücreleri yeni bir titreşimle parlayabilir. Arındırıcı sistemlerimizin enerjiyi nasıl aldıklarını ve dönüştürdüklerini anladıkça, bu sistemler giderek daha çok dönüşüm için kullanılabilirler.

Bunlar teori veya kavram değildir, ancak ezoterik anlayışlar ve kadınların özgün, yaşanmış deneyimleri ile desteklenen gerçek olasılıklardır. Kadınların kendilerini ve diğer kadınları tanımaları ve onurlandırmaları ile meydana gelebilecek çok şey vardır. Dünyamız buna çok ihtiyaç duyuyor hem kadınların hem erkeklerin buna ihtiyacı var. Bu, kadınlar ve erkekler arasında bugüne kadar hiç gerçekleşmemiş bir denge ve uyum, kolektif tekâmülümüzü iyileştirecek ve destekleyecek bir çalışma yöntemi olabilir. Yeni zamanların yeni tutumlar ve yaklaşımlar gerektirdiğini kabul etmemiz gerekir. Kadınlar ve onların güçleri bakımından bu doğrudur. Geçmişte, kadınlar geri planda kalırdı. Perde-

nin arkasında çalıştık. Ama şimdi başka bir şey gereklidir. Hepimiz bu yeni çağrıyla kendimize özgü bir şekilde uyanış yaşayacağız, ancak eskiden alışık olduğumuz şeylerden farklı bir şeyi vurgulayan benzerlikler ve eğilimler olacaktır.

California'da yaşayan bir anne, oğlu okula gidecek yaşa geldiğinde anaokulu öğretmeni olarak çalışmaya geri dönerken, yakın zamanda şu rüyayı gördü:

"Yeni bir projeye başlıyorum ve bankadan kredi almam lazım. Bir soruya cevap vermem gerekiyor ve soru domatesin nasıl yetiştirildiği ile ilgili. 'Domatesleri güneşe doğru çevir ve onları biraz besle.' diye cevap veriyorum. Ama bu, doğru yanıt değil. Aniden, aklıma şu sıralar havanın ne kadar kirli olduğuna dair bir şeyler söylemek geliyor. Bu kirlilik yüzünden bir şeyler yetiştirmenin daha zor olduğunu anlıyorum. İşler değişti. Eskiden yaşamın üretmesine yardımcı olanlar artık işe yaramıyor".

Kadınların şimdi ihtiyaç duyulan şeylere katkıda bulunurken bir yandan da yeniden düzenlemeleri gerekiyor. İhtiyaç duyulan şey nedir? Nasıl yardımcı olabiliriz? Bildiğimiz dünyanın sunabileceği birkaç yanıt var.

Ancak artık her şeyin farklı olduğunu kabul edebiliriz ve bilinmeyene bir adım atabilir ve mevcut kirliliği fark edebiliriz. Rüyayı gören kişinin, bilinçli olarak işlerin değiştiğini kabul etmesi önemlidir. Şimdi bu, yaşama nasıl hizmet edeceğini keşfetmede ilk adımdır.

Çok fazla şey belirsizdir. Ama bu konuda kadınların sunabilecekleri çok şey var. Karanlıkta evde olup gizemle çalışmaya dair yaşayan bir içgüdümüz var. Ataerkil dengesizlik hâkim olmadan önce, çok çok uzun zaman önce, hayatın nasıl olduğunu hatırlayabiliriz ve bu hatırlamayı geleceği yaratmak için kullanabiliriz. Özleme ve bilinmeyene katlanabilir, tavsiyelerimizi ve hayallerimizi paylaşabilir, bir şeylerin açığa çıkarılabileceği bir alan yaratabilir ve görme ve görülme ihtiyacımızı onurlandırmak için bir araya gelebiliriz. Şimdi tam zamanıdır.

Bölüm I

Bütünlük

Geyiğin çığlığı çanların sesine karıştı
Gözyaşlarımı sordu
Gökyüzü şafakla birlikte aydınlanırken

(Lady Nijo)

Bu kitapta açıklanan kadınların güçlerinin çeşitli yönleri, bir tekerleğin telleri veya milleri gibi, aynı zamanda hem uzar, hem kısalır. Miller dikkatimiz ve saygımızla etkinleştirildiklerinde, merkezimize, merkezi her yerde olan çembere erişimimiz sağlanıyor. Bütünlük kadınların gücünün temelidir. Bütünlük varlığımızın fiziksel temelini kucaklar ve biz sevgi, yaratıcılık ve spiritüel aydınlanma vasıtasıyla sonsuzluğa genişlerken bu temeli kaybetmez. Doğal gücümüzü yaşarken, kalbimizin yaşamın kalbi ile buluştuğu varlığımızın merkezindeki bu bütünlüğe götürülürüz.

Bütünlük kadınlara mahsus değildir, ama eşsiz bir şekilde yaşanır. Tıpkı kadınların bir eve kök salmaya meyilli olmaları gibi. Bir evi genişlemek için temel olarak kullanmaları ve diğerlerini içeri davet etme yolu olarak kullanmaları gibi ve tıpkı kadınların psikolojik bağlamda bağlılık vasıtasıyla ilişki kurdukları ve ilişkileri değerlendirdikleri gibi, kadınlar diğerleri ve spiritüel doğa ile yerküre arasındaki bağlantıyı vurgulayan bütünlükle de uyum içerisindedir. Bu bütünlüğü doğum yaparken, bir zamanlar uzak olan ruhun ışığını bedenlerimize alırken, fiziksel göğüs-

lerimizden bir çocuğu beslerken, kalbimizdeki ev temelinden genişleyen ve büyüyen ailemizi severken ve tüm yaşamı ailemiz olarak bilirken bu bütünlüğü yaşarız. Kadınlar olarak gücümüzden ne kadar emin olursak, bilincimizin bütünlükte o kadar huzurlu olmasına izin veririz, böylece bilincimiz mantıksal zihnin her hareketinde kırılmaz. Bu neden önemlidir? Çünkü gücümüz enerjilerle çalışır ve onu bir bütün olan deneyimler. İçimizdeki bütünlükle daha uyumlu hale geldikçe, birleştiren, uyumlaştıran ve barış sağlayan güçlerimize erişiriz.

Kitaptaki tüm güçler bütünlükten doğar ve bütünlüğün kendisini güçlendirir. Bireysel olarak yalnızlık tarafından kırılmış bir psişeyi onarabilir ve ilişkileri güven ve sevgi ile yeniden yapılandırabilir; dışarıda kullanıldıklarında karmaşa ile yıkılmış toplulukları onararak yerküre insan ilişkisini güçlendirebilirler. Bir kadının bütünlüğü birçok şekilde yansıtılır. Nörolojik olarak beyinlerimizde, tek seferde beynin kaç bölümünün aktif olduğu görülebilirken, erkeklerin beyin aktivitesi bölmelere ayrılma eğilimindedir.

Yaşamlarımızda, kendimizle çelişki hissetmeden nasıl bu kadar çok rol üstlendiğimize bakılarak anne, avukat, arabulucu, gönüllü, spiritüel arayışta olan biri anlaşılabilir. Bütünlüğümüz, bir çocuğu yeni hayatına doğururken nasıl ölümün eşiğine götürüldüğümüzde ve sıklıkla yuvaya o kadar yakın bu yerde sonsuz sevgiyi bulmamızdadır. Psikolojik olarak bütünlüğü, toplumun temeli olan ve süregiden bağlantı ve ilişki algımız vasıtasıyla yaşarız. Carol Gilligan'ın 1982 yılında yayınlanan Farklı Bir Sesle (In a Different Voice) isimli kitabında sunduğu çığır açan araştırmasında, ahlaki ve psikolojik gelişimleri açısından kız ve erkek çocukların arasındaki belirgin bir farka işaret etti.

Gilligan erkek çocukların otonomi ve bağımsızlık gidişatında gelişirken, kız çocukların ilişkiler ve özen hattı boyunca geliştiğini fark etmiştir. İlk feminist teoriler, kadınların bağlantı duygusunun kaynağı olarak aynı cinsiyetten olanlara özen göstermelerinin önemine işaret etmiştir. Kız çocukların kendilerine bir kadın tarafından bakılmasının kız çocuklarda aynılık hislerini, er-

kek çocukların ise farklılık hislerini açıkladığı ileri sürülmüştür. Ancak kadınların bu büyütme ve bağlılıklarında, şartlanmadan daha önemli bir şey vardır. Kadınların içinde özlem, sevgi ve özen sayesinde hayatla sürekli bağlantı halinde olmamızı sağlayan, hayatı sürdürmede spiritüel sorumluluklarımız ile ilişkili derin ve doğal bir güç vardır.

Spiritüel bağlamda bütünlüğümüz, spiritüel arayışımızı günlük hayatımıza entegre ettiğimiz yollarla deneyimlenir ve ifade edilir. Bir "Zen" öğrencisi bunu şu şekilde açıklıyor: *"Dört erkek çocuk annesi biri olarak, inzivaya çekilemedim. Bu yüzden yapabildiğim zamanlarda meditasyon yaptım, mesela çocuklarımı arabayla bir yere götürdükten sonra, arabayla gezmek onları yatıştırıp uyuturdu ve gideceğim yere vardığımda bazen herkesi dışarı çıkarmadan önce on veya yirmi dakika ön koltukta sessizce otururdum."*

İşleri yoğun Sufi bir kadın şöyle diyor: *"Her zaman meditasyon yapamıyorum, ama günlük hayattaki birçok şeyi alıştırma olarak görmeye başladım.' Bunlar, yaşam biçimleri sonu gelmez saatlerce inzivaya çekilmeyi mümkün kılmayan kadınların bütünlükle ilgili ifadeleridir."*

Spiritüalite ile sıradan hayatın birbiriyle iç içe olduğunu bilmek ve hissetmek ne kadar doğal olsa da, gelin de yukarıdaki örnekleri spiritüel arayışına daha yeni başlamış ve muhtemelen bu yaklaşımı yazılabileceği uzun inzivadan daha cazip görmeyecek 25 yaşından küçük bir kadına anlatın. 50 yaşında spiritüel arayış içindeki birçok kadın, bu 25 yaşındaki kadının kendi içinde yüzleşmek zorunda kalacağı ataerkil yanılgıları anlar.

Eğer spiritüel yaşamın öncelikle bir inziva hayatı olduğuna dair fikirleri söküp atamazsa, genellikle bölümlere ayrılmışlık veya ayrılık hissiyle basitçe gelişemeyen gerçek spiritüel doğası ile bağlantısını kaybeder.

Kadınların ilişkili olma ve bağlanma duyguları, sosyal şartlanmadan daha derin bir kaynaktan doğar. Empati hissettiğimiz, uyuma ve işbirliğine meylettiğimiz, sevginin sarmalayışını bildiğimiz zamanlar, bu bütünlüğün farkına vardığımız andır. Tanım olarak, bütünlüğün kendisinin beynimizin ve toplumumuzun

ötesinde kendi gündemi vardır. Ona katılabilen, onunla kuşları besleyebilen, onunla bahçeye bir şeyler ekebilen, onunla başka bir kişiyi sevebilen, onunla sonsuzu sevebilen herkesin içinde yaşayan yaşamın kutsallığının bir parçasıdır. Bağlantılı olmamızı ve bütünlüğün kendisinin bize gösterdiği diğer yolları onurlandırdıkça, onunla daha bilinçli hale geliriz. Bu, günün her anında çok farklı şekillerde gerçekleşir. Bilgisayar başında geçirilen kısa zamanlarda veya mistik deneyimler sırasında ortaya çıkabilir. New York'tan bir kadın şunları yazıyor:

"Birinden mailler alıyordum ve mailler karışık ve anlaşılmazdı. Rahatsız olduğumu ve sinirlendiğimi fark ettim. Ama sonra, aniden bu kadar uzakta olan birinin benimle bir şeyler paylaşmasının, benimle bağlantı kurmasının, bana bir şeyler vermesinin ne kadar garip bir mucize olduğunu fark ettim.

Bir nevi şoktu. Rahatsız olabilirdim veya bu bağlantıya hayranlık ve saygı duyabilirdim. Bu seçimle birlikte, aniden onunla birlikte olduğum bu tamamen ayrı gerçekliğin farkına vardım ve o kadar süptil, ama güzeldi ki, bu seçimi birçok açıdan yapabileceğim hissine kapıldım. Biriyle olmak veya mesafe koymak bana gizemli ve yeni göründü..."

Connecticut'tan bir başka kadın ise şunları yazdı: *"Bir gece yatağımda yatarken, bilincim usulca başımı terk etti ve bedenime indi. Aniden odaklanmış bir bilincim yoktu (hiçbir biçimde normal bir düşünce süreci değil). Onun yerine, sanki farkındalığım tüm bedenimde bir bütün olarak bir nevi nabız gibi atıyordu ve aynı zamanda hiçbir sınırım yoktu. Karanlık ve inişli çıkışlı ve yatıştırıcıydı. Benim varlığımdı, ancak ben değildi. Her şeydi."*

Kadınların bütünlükle uyumları, ne kadar güce erişebilmemiz için önemlidir. O bir kapıdır, içine girdiğimiz odadır ve içinden geçtiğimiz koridordur. Genel olarak, bu bağlantılılığın iç ve dış dünyasından gelen davetleri kabul etmezsek, bireysel gücümüze de, hayatın içindeki güce de erişemeyiz. Ancak bir defa onu kabul ettik mi, artık oradadır ve sınırı yoktur.

Kadının Yolu

Bütünlüğü yaşamakla bu yakınlığın, spiritüel yolculuğumuzda önemli kolları vardır. Bu, bir kadının genel olarak biçimsel spiritüel öğretilere odaklanma ihtiyacı olmadığı anlamına gelir. Bedeninin efendisi olmasına gerek yoktur. İhtiyacı olan her şey içindedir ve hayatla iç içedir. Kendi gibi yaşamalı ve bütünlük hissinin büyümesine yardımcı olmalıdır.

Kadının yolu bir genişleme yolu, eskiyen veya artık kullanılmaz hale gelenleri salıverme yoludur. Bunda büyük ölçüde bir güven, azim ve teslimiyet söz konusudur, mücadele değildir. Artık yararlı olmayan şeylerden kurtulsak bile, daha fazlasını içermek için dünyamızın genişlemesi birçok şekilde meydana gelir. Çocuklar büyüdüklerinde ve kadın, evi dışında bir dünyaya alışmak zorunda kaldığında yaşanabilir. Bir aşk macerası sona erdiğinde veya bir iş rutin hale geldiğinde ve yeni bir katılım şekli gerektiğinde meydana gelebilir. Büyük değişimlerin olduğu herhangi bir durumda meydana gelebilir. İki kız çocuk annesi bir Sufi, büyük bir değişim yaşadığı bir sırada rüyasında şunu görmüştür: "*Normalde etrafı büyük bir kızılçam ormanı ile çevrili verandamda ayakta duruyorum. Ancak şimdi gözün görebildiği her yerde, 15 mil uzaklıktaki okyanusa kadar her bir ağaç kökünden kesilmiş, bu yıkıcı bir manzara. Ancak bu olana kadar okyanusu görememiş olduğumu fark ediyorum. Bir şekilde, bu şok edici duruma uyum sağlıyorum.*" Bir kadının hayat çemberi genişledikçe, çember hem ölümü hem yıkımı kapsar. Vazgeçilmesi gereken çok şey vardır. Bu kadın için görev, dayanmak, teslim olmak, ailesine, öğretmenine ve yoluna kendini adamak ve beklemektir. Aylar sonra ikinci bir rüya görmüştür:

"Yeni ev almış bir arkadaşımla birlikteyim. Louisiana'da yaşıyordu ve tıpkı onun gibi zevkli ve zarif eski evinde zaman geçirmiştim. Verandasında ayaktayım ve evinin dışında bir ağacın kesilmiş olduğunu görüyorum. Geriye kalan çapı yaklaşık 100 fit olan kocaman bir gövde, bugüne kadar görmüş olduğum ağaçların en büyüğü. Ağacın yuvarlak

parçaları, yeni evine doğru uzanan bir yol gibi atlama taşı olarak dizilmiş. Ona, bu eski ağacı evine giden bir yola dönüştürmek için kullanmanın ne kadar harika bir fikir olduğunu söylüyorum.

Sonra evin dışındayım, evin altına bakıyorum, çünkü evin yere tam değmediğini fark ediyorum. Onun yerine temel, toprağın derinliklerine saplanmış kalın çelik kirişlerin üzerine iyice bağlanarak birkaç inç yükseltilmiş. Bu sağlam bir ev! Sonra temelin çelik raylar üzerinde hafifçe hareket ettiğini görüyorum, böylece topraktan gelen bütün dalgaların etkisini azaltabiliyor. Bu raylar üzerinde sadece 2-3 inç kayabiliyor, ama herhangi bir sarsıntı ya da depremde ayakta kalabilmek için yeterli. Arkadaşıma 'Kendini bu temelle çok güvende hissediyor olmalısın.' diyorum."

Bu rüyada bir kadının nasıl büyüyüp geliştiğini yankılayan çelişkiler var. Ağaç kesilmiş, ama yeni eve giden bir yol şeklinde yaşamına devam ediyor yeni bir yaşam biçimi. Yeni evin toprakla bağlantısı kesilmiş, yeni bir alan ve bağımsızlığı akla getiriyor, ancak aynı zamanda yeni kirişlerle toprağa sıkı sıkıya bağlı bu durum sağlamlığa ve bağlantıya işaret ediyor. Yeni ev hareket ediyor yerkürenin sarsıntılarıyla salınabiliyor ama eskisinden daha sağlam.

Birçok kadın için, kayıp ve onunla birlikte gelen ayrılık, katlanması son derece zor şeyler olabilir. Doğuranlar ve besleyenler olarak, hayatı sürdürmek için güçlerimiz bizimle birlikte hemen yanımızda ve bağlarımıza tutunma ve ayrılığa direnme eğilimindeyiz. Oysa bu rüyada olduğu üzere, bütünlükle uyum içerisinde olan bir kadın için, yaşamın ölmesi yeni bir hayat ifadesinin bir parçasıdır. Bu, kadınlar için zor bir derstir, ama büyüme ve hizmet etme noktasında bir anahtardır. Vazgeçmeyi öğrenmemiz gerekir. Bu rüyalarda, bir kaybın perişanlığı yeni bir yaşama yer açıyor; ormanın yok oluşu, yeni ve hayal edilmemiş bir görünüme, her zaman orada olmasına rağmen saklı olan engin bir okyanus manzarasına yer açıyor. Kesilmiş ulu ağaç ise yeni, daha esnek bir yaşam biçimine giden atlama taşları haline geliyor.

İyileşme ve Bütünlük

Bütünlüğümüz çok nadir biçimde zarar görür veya yok olur, ama bir travma yada istismarla yarılmış olan bir psişe, bizi birlikten uzaklaştıran güçlü bir doğrusal niteliği olan akıl ve mantığa aşırı dayanma yoluyla kendisini bütünlükten koparan kalıpları tekrar edebilir. Aşırı rekabet de bütünlük hissimizin kalitesini zayıflatabilir. Ancak bütünlük her zaman buradadır. Bizim kolektif şiddet ve ihmal tarihimiz bütünlüğümüze zarar vermemiştir, ancak iyileştirmemiz gereken bir şeylerin olduğu anlamına gelir. Hepimizin kendimizi bir bütün olarak fark etmemizden ve yaşam içerisindeki bağlantılarımıza güvenmemizden alıkoyan yaraları var.

Birçok kadın için yaraları iyileştirme bir gerekliliktir. Ancak güçlerimizi yaşamamız bu durumu göz önüne alır. Ne kadar güçlü hale gelirsek, o kadar çok şey iyileşir ve bizim iyileşmemiz, dünyanın iyileşmesidir.

Bütünlüğümüzü yaşayamamamızın önündeki bir engel de, henüz hazır olmadığımıza kendimizi tamamen katkıda bulunamayacak veya gücümüzü yaşayamayacak kadar çok yaralı olduğumuza, önemli bir şeyler yapmadan önce iyileşmemiz gerektiğine dair inancımızdır. Oysa bütünlüğün çalışma yöntemi bu değildir. Gizemlerinden biri, travma veya kayba devam etsek bile, bütünlüğümüzün bizimle burada olmasıdır. Bütünlüğü hissetmeden veya tatmadan önce beklememiz ve iyileşmemiz gerektiğine inanmak, gücümüzü yaşamamızın önündeki en büyük engeldir.

İyileşmek için bütünlüğümüze ihtiyacımız var. Eğer bütünlüğün daha sonra geleceğini düşünürsek, şimdi hiçbir şey olmaz.

Bizim batı kültürümüzün 'önce ben' yaklaşımı, odağımızı kendi problemlerimizde ve yetersizliklerimizde tutmak için kadınların düşük özsaygısı ile etkili bir şekilde çalışır, zamanımızı ve dikkatimizi terapistin ofisine veya bir sonraki atölye çalışmasına kısıtlar. Böylece bütünle gerçek ilişkimizi yaşayabileceğimiz

ve gerçek bir katkıda bulunabileceğimiz daha büyük aşamaya asla adım atamayız. Ancak genellikle o büyük aşama tam burada bizimle birliktedir, sadece beklemektedir. Seattle'dan hamile genç bir kadın, üniversitede Kutsal Kadın (Divine Feminine) hakkındaki bir derste şu rüyasını paylaştı:

"Yeğenimin kaçırıldığına inanıyordum ve onun hapis tutulduğuna inandığım bir eve camı kırarak girdim. Onu bulamadım, ama genç bir arkadaşı oradaydı ve iyiydi. Karşılaştığım ilk oda güzeldi ve altın paralarla doluydu. Paralar duvarlardan tavana her yerdeydiler. Bir avuç dolusu aldım ve daha sonra kullanabilmem için camdan dışarı attım. Çamura düştüler, battılar ve gözden kayboldular. Sonra azimli bir şekilde arayışıma başladım. Her boş odayla birlikte giderek daha çok öfkelendim. Ev bir labirent gibiydi. Sonunda yeğenimi kaçırdıklarını düşündüğüm çiftle karşılaştığımda, bir yandan onlara bağırırken bir yandan bıçaklarla onları kesmeye başladım. Rüyamın sonunda, yeğenimin orada olmadığını biliyordum, ama artık olay onunla ilgili değildi; benim kendi öfkemle ilgiliydi."

Diğer birçok modern kadın gibi, bu rüyayı gören de kayıp bir kız çocuğunun, kendisinin kaçırılan çalınan masum ve feminen yanının peşindedir. Bu arayış onu, hem feminen doğasını, hem de çok uzun zamandır kendi hayatının bir parçası olan yıkıcı şiddeti içeren kendi psişesine bir ev ile imgelenen zorla girmesine onu mecbur bırakıyor. Aradığını düşündüğü kız olmamasına rağmen, genç bir kız buluyor ve kuşkusuz saflığını, değerini ve gerçek benliğinin bütünlüğünü simgeleyen bir yığın altın buluyor.

Arayışından onu alıkoymaması için altın paraları, onları 'sonrası için' saklayabileceğini düşünerek, pencereden atıyor. Rüyanın bitiş şekli, belki de en doğru tercihi yapmadığının bir göstergesidir. Umutsuz bir öfke ile şiddeti artıyor; bu arada altın yığını yok oluyor ve genç kız arkada kalıyor.

Bu, kadınların rüyalarında yaygın bir konudur ve çoğu kadının ortak gerçeğini yansıtır. Genellikle iyileşmenin en önemli adımı, basitçe kendi içine dönmektir. 'Bana bir adım gelene, ben

on adım gelirim' sözü, Matthew 7'deki 'Dileyin, size verilecek' sözüne benzeyen Tanrı'nın gücünün Sufi bir tanımıdır. Genelde yapmamız gereken 'işler' düşündüğümüz kadar çok değildir. Ama yetersizlik, arayış, intikam ve kendi kendini baltalamanın dinamiklerine o kadar kapılmışızdır ki, aslında bizim için çoktan ulaşılabilir olanı basit bir şekilde kabul etmek daha zor veya meydan okuyucudur.

Bu rüyadaki altın paralar alınabilir, tutulabilir ve kulanılabilirdi. Bir amaçları, karşılayabilecekleri bir ihtiyaç ve bir potansiyel vardı. Gerçekten gerekli olan içimizdeki güçleri etkin hale getirdiğimizde, canlanırlar ve iyileşmemize ve anın gerekliliklerine hizmet ederler. Bu kitaba katkıda bulunan bir şifacı olan ve enerjilerle çalışan Elizabeth Frediani, 'Gücün bir ifadesinde ilerledikçe, iyileşmesi gereken şeyler ortaya çıkacaktır.' diye açıklar.

Yukarıdaki rüya, güçlerimizin ihtiyacımız olduğunda nasıl ulaşılabilir hale geldiklerini gösterir. Kendi doğamız, ona döndüğümüz an kendisini bize gösterir. İhtiyaç halinde her şey bünyemizdedir ve verilir. Ve yine de, psişelerimiz bunu fark etmez ve güç yok olur. Neden gerçekte olduğumuz şekilde yaşamak yerine, öfke ve intikamın kalıp ve dinamiklerini yaşamayı tercih ederiz? Bu, hepimizin kendi kendine yanıtlaması gereken bir sorudur. Ancak iyileşmenin bütünlüğün bir parçası olduğunu ve tam tersinin de doğru olduğunu anlamak için yardımcı olabilir. İyileşme, bütünlük tarafından hizmet gördüğü gibi, bütünlüğe hizmet eder. Bütün bu kelimeler bütün, iyileşme, sağlık ve kutsal Hint Avrupa dil ailesine ait kailo kökünden gelir (Burada Türkçe karşılıkları yazılmış olan İngilizce kelimeler whole, heal, health ve holy kelimeleridir ve hepsi kailo kökünden gelir). İyileşme ihtiyacımız bizi güçlerimize yaklaştırır ve onları etkinleştirir. Ancak bu yoğun güçler, intikama hizmet etmeyecektir. Tıpkı rüyanın gösterdiği gibi, kendisine verilen bütünlüğe karşı kendi gündemini seçen rüyayı gören kişi, o bütünlüğe erişimini kaybeder. Kadınlar yaşamla ve sevgiyle o kadar uyum içerisindedirler ki, kadınlara hizmet eden, yaşama da hizmet eder. Bizim için özgün

olan, yaşam için de özgündür. Ancak gerçek olana kendimizi verme veya ona sırtımızı dönme seçeneğine her zaman sahibizdir.

Yolculuk Yok

Bir kadının yolu, hizmet edebilmek için mükemmel olmaya çabalamak yerine, hâlihazırda hizmet etmemizi sağlayan yolları görmeye ve onlara değer vermeye başlamakla daha çok ilgilidir. Bu bilincin sürekli genişlemesi, doğal olanın hatırlanması ve dünyanın tüm aşağılama yollarına rağmen o doğanın onurlandırılmasıdır.

Kadınsal dönüşümle ilgili iki eski efsane Persephone ile ilgili Yunan efsanesi ve İnanna ve Ereskigal ile ilgili eski Sümer efsanesi kadınların doğası ve doğuştan gelen hakkı ve hizmet etme yolu olan bütünlüğü tanımlamaya yardımcı olur. Bu efsaneler yalnızlığın tehlikelerinden, bağlanmanın anlamından, bilge hale gelmenin bedelinden ve olgun bir kadını dünya üzerindeki hayatın güçleri ile uyumlu hale getiren genişleyen bütünlükten bahseder. Gelecek bölümlerde anlatılan güçlerin çoğu, bu iki hikâye ile sarmalanmıştır. Kadınların yeryüzü ile bağları, ölüm ve yaşamın yaratıcı bağımsızlığı, bağlantı ve empatinin rolü ve ışık dünyasında yaşasak bile karanlık ve bilinmeyeni dâhil edebilme yeteneği.

Persephone ile ilgili efsanede, genç bir kadın çimenlerde oynarken kendisine eşlik eden diğer bakireleri terk eder ve kendi başına gezerken nergis çiçeğinin büyüsüne kapılır. Yalnızlığı ve çiçeğe dalıp gitmesi aniden onu, yeraltındaki dünyasına karısı olmak için götüren Hades için savunmasız hale getirir. Annesi, bereket tanrıçası Demeter, yerküreyle ilgilenmeyi reddedecek kadar büyük bir yas ve umutsuzluk içinde kalır, böylece yerküreyi kuraklık vurur. Bu efsanenin bazı varyasyonlarında, kendisine duyduğu acıma duygusu nedeniyle Persephone'u eve getiren,

köpeklerle birlikte geceleri dolaşan büyü ve dört yol ağızları tanrıçası Hekate'dir.

Hikâyenin diğer anlatımlarında, Persephone'un eve dönmesine izin vermesi için Zeus'u sonunda ikna eden, toprağın nadasa bırakılmasıdır (sonucunda insanların kurbanlarının olmamasıdır). Ancak birçoğumuzun bildiği üzere, yeraltına yapılan yolculuklar asla o dünyanın tamamen unutulması ile sonuçlanmaz ve Persephone yeraltının meyvelerini yemiş biri olarak yaşamının yarısını yukarıda, yarısını aşağıda geçirmeye mahkûm olmuştur. Sonuç olarak yerküre, yılın yarısı bereketsiz kalır.

Cennet ve Dünya'nın Kraliçesi İnanna ile ilgili daha eski Sümer efsanesinde İnanna, eşini kaybeden kız kardeşi Ereskigal'in yasının hatırına, cenaze törenine katılmak için Ereskigal'in yönettiği yeraltına yolculuk yapmaya cesaret gösterir. Ancak oraya varır varmaz Ereskigal, onun kıyafet ve mücevherlerini alır, kız kardeşini bir et kancasına asar ve onu unutur.

Bu efsanede, İnanna'nın dönmeme ihtimaline karşılık arkasından gönderilen iki yaratığın empatisi, Ereskigal'in kız kardeşini serbest bırakması ve yukarıdaki dünyasına dönmesi için özgür bırakması için harekete geçirir. Burada yine, İnanna tamamen serbest kalamamıştır, ama Persephone gibi senenin yarısını yer altında geçirmek için dönmek veya kendi yerine birini bulmak zorundadır. Yeraltındaki iblisler İnanna'ya kendi yerine gönderebileceği sayısız kişiler söyler, ancak İnanna hepsini reddeder, çünkü onlar kendisinin kaybolmasında yas tutmuşlardır. O zaman alınan İnanna için yas tutmamış olan kocası olur. Böylece onun kocası için tuttuğu kendi yası, yerküreyi yılın yarısı bereketsiz kılan şey olur. Bu efsanenin bazı varyasyonlarında, kocasının kız kardeşi İnanna'nın yerine gider ve bu yükümlülükten onu kurtarır.

Bu efsaneler kadınsal dönüşümün belki mevcut olan en eski ve en karmaşık iki tanımıdır ve yüzyıllar boyunca sürekli yorum katılmıştır. Anlamları en iyi ihtimalle sadece tahmin edilebilen gizemler içerirler. Ancak her ikisi de bir kadının gücünün derinliği-

ni ve gerçekliğini, yerküre ve bereketle bağlantısını, yukarısı ve aşağısı arasındaki bağlantıdaki rolünü betimler. Efsaneler farklı zaman ve kültürlerden doğmuş olsa da, evrensel kalıpları bilhassa ölüm ve yaşamın, karanlık ve ışığın, aşağıda ve yukarıda meydana gelen her şeyin yanı sıra, kendimizin görünürde hiç benzeşmeyen yanlarını da bir arada tutmaya hizmet eden kadınlara dayanan bütünlüğün en yüksek potansiyelini tanımlarlar. Bu efsanelerin sonunda yaşanan bütünlük, kolaylıkla gerçekleşmiyor. Hikâyelerde katlanılması gereken kayıp, ihlal, umutsuzluk, aşağılanma, ölüm ve bilinçsizlik var. Bir kez gerçekleştiğinde, bedeli yerküreyi verimsiz bırakan, yeraltında karanlıkta geçirilen yılın yarı zamanı olduğundan dolayı, resmedilenler o kadar günlük güneşlik değil.

Her kadının potansiyel yolculuğu olan onlarınki gibi bir yolculuk, kişinin deneyimlerini, günlük görünümlerin aşina olunan dünyasından tüm yaşamın dayandığı bilinmeyen karanlığın derinliklerine, ölüm dünyasına doğru genişletir. Kişi bir defa bu derinliklere alıştığında, daha çok bütünlük ortaya çıkar ve yaşam özü serbest kalır ve yaşam bir daha asla eskisi gibi olamaz. Böyle bir yolculuktan sonra, kişi asla tamamen normal dünyaya dönmez. Görünüşte evdeyken, görüntülere inananlar arasında yabancıyızdır, bir insana, role, işe veya rüyaya ait olmaktan ziyade daha çok yaşamın kendisine aitizdir.

Yeraltı dünyasına genişlemek ve o deneyimi günlük yaşama dâhil etmek, yaşamdaki kayıpların gerçekliğini deneyimlemeye derin bir şekilde istekli olanlar ve acı okyanusunun kendilerini yeni kıyılara taşımasına izin verenler tarafından elde edilebilir.

Bu yaşamlarımızın devam eden fırsatıdır. Elbette bu fırsatı istemeyerek kabul ederiz, kontrolümüzün çok ötesindeki olaylar bizi zorlar. San Francisco'dan 45 yaşındaki fotoğrafçı dördüncü evre meme kanseri nedeniyle yıllar süren tedavisi sonrasında şu rüyayı gördü: *"Göğüs ameliyatı sonrası enfeksiyon tedavisi nedeni ile hastanedeydim. Uyanıyorken uyku ve uyanma arasındaki o evredeydim. Sağ tarafımdaki bir kadının şöyle dediğini duydum: 'Şimdi sırrıma*

yönelecek misin?' Ona doğru döndüm. İşte o zaman tümörümün aslında dışarıdan gelmediğini, onu içimde yarattığımı ve sevgiyle yaratıldığını anladım." Hastalığının bedeninde ve psişesinde yarattığı yıkımdan yıllar boyunca acı çektikten sonra, rüyayı gören kişi, yaşadığı tecrübenin daha büyük anlamına, içinden çıkıp ona geldiği bütünlük ve içinde kendisinin oynayacağı role, davet edildi. Bu, kadınların doğal olarak erişebildiği 'sırrın' bir yönüdür gücümüzün temelidir. Yaşanılan kaybın ardından gelen acıda, 'iyi' veya 'adil' olarak bildiğimiz her şeyin unutulduğu hayatımızın en karanlık anlarında, ölüm bize sonsuz yalnızlığımızı ve bildiğimiz hayatın gerçekliğinin kaybolduğunu hatırlattığında, kadınsal gücümüzün sırlarına hayatın büyük çemberinde, 'dışarısı' diye bir şey olmadığından dolayı, hiçbir şeyin 'dışarıdan' gelmediğine açık hale geliriz. Yaşam, acı ve ölüm de dâhil olmak üzere, merkezden doğar ve rüya der ki, merkez kendimizden ve sevgiden başka bir şey değildir. Hayatımızın gerçeklerini yaşadıkça, bu merkeze giderek daha derin bir şekilde davet ediliriz. Hastanedeki o günden çok daha sonra, rüyayı gören kişi şöyle söyledi:

"Birçok yıldan sonra, yaşadıklarımın anlamını daha derinden kavradım. Çok kısa bir sürede ve toparlanmaya vakit bulamadan her şeyi kaybettim işimi, paramı, dairemi, güvenliğimi, sevgilimi, haysiyetimi ve arkadaşlarımı. Bir şeyler her gittiğinde bir kayıp şoku ve daha derin bir umutsuzluk vardı, ama nihayetinde içimde daha farklı bir şey hissedebildim. Dinginlik olduğunu anlamaya başladığım bir yerde daha güçlü bir şekilde dayanıyordum. Hiçbir şey yokken bile, yine de 'ben' vardım, kendim dışında hiçbir şeye dayanmıyordum, sadece gücümün gerçek kaynağına dayanıyordum. Sonra bir noktada felaket dalgaları geçti ve yeniden yaşama zamanıydı. Yaşam hâlâ zor, ama şimdi yaşayacak yeni bir yerim var ve dikkat çekici bir biçimde, bu dinginlik yeri sadece dinginlik değil; aynı zamanda yaratıcı yaşam gücünün ve saf neşenin kaynağıdır. Bu yer yaşamın kalbinde olan bir kutlamadır. Kâinatın neşesidir. Gerçek olan her şeyin geldiği yerdir ve benim katılımım da bu neşenin bir parçasıdır."

Hiçbir şeyden her şey başlar ve bunu tecrübe etmenin tek yolu bu 'hiçbir şeyin' olmadığı her şeyi kaybetmektir.

Kayıp, ölüm ve büyük acı deneyimleri bizi varlığımızın merkezindeki hayatın bütünlüğünün ölçülemez boyutuna açma potansiyeline sahiptir ve evrenin engin gizemi içerisinde ne kadar küçük bir yerimiz olduğunu fark ettikçe, neşe ve alçakgönüllülüğü idrak ederiz. Ne kadar küçük olduğumuzu görmemizin yanı sıra, her yerde olan hayatın merkezinde, ne kadar merkezi olduğumuzu da kelime anlamı olarak idrak ederiz. Ne kadar önemli olduğumuzu da, ne kadar az önemli olduğumuzu da. Bu garip çelişki sayesinde, hayatlarımızı daha özgün ve daha özgür yaşayabiliriz, sadece bu alçakgönüllülük ve tam sorumluluğun garip dengesine izin verdiğimiz zaman erişebildiğimiz güçleri kazanırız. Bu efsaneler ve rüyalar spiritüel başarının 'Amerikan rüyası' varyasyonu değil, nasıl insan olacağımızı ve nasıl aydınlanacağımızı anlatan hikâyelerdir.

Bölüm II

Besleme

Kadınların en büyük gücü anneliklerinde, yaratıcı, yaşam veren güçlerinde yatar. Ve bu güç, kadınlara toplumda erkeklerin asla başaramayacağı önemli değişimler yapabilmelerinde yardımcı olabilir. Kadınlar verir. Biz özen gösteririz. Biz besleriz. Biz, bilinçli ya da bilinçsiz olarak çok farklı seviyelerde veririz. Bu bizim öyle bir parçamızdır ki, hepimiz bunu doğal karşılarız ve bize yakın olan diğer niteliklerde olduğu gibi, beslemenin nasıl bir spiritüel güç olduğunu genellikle anlamayız.

Kadınlarda doğal olan bu güçler genellikle o kadar basittir ve hayatın öyle bir parçasıdır ki, onlara saygı duymayız ve besleme onlardan farklı değildir. Yemek gibi onun da tamamen temel olduğunu unuturuz. Ancak beslenme olmadığında ne olduğunu biliriz. Hayat parçalanır hem fiziksel olarak, hem de spiritüel ve duygusal olarak. Eğer yerkürenin yemek vasıtasıyla bizi besleyişini kabul etmezsek, ölürüz. Duygusal ve psikolojik olarak beslenmediğimiz zaman, insan olarak gelişemeyiz.

Spiritüel olarak beslenmezsek, net olarak görmek, anda olmak ve sevmek için yeteneğimizi genişletemeyiz. Beslenme hayatı sürdürür, hayatın devam etmesi için gereklidir ve varoluşun her seviyesinde vardır.

Kadınlar genellikle beslenmenin gücünü kısıtlama vasıtasıyla anlar. İnsanları sevgimizi, ilgimizi veya dikkatimizi insanların

bizden beklediklerini bildiğimiz şeyleri onlardan esirgeme vasıtasıyla idare ederiz ve beslenme bozuklukları ve başka türlü kendini koruma yöntemleri vasıtasıyla olduğu gibi, kontrol ve güç algısı yaratabilmek için, beslenmemizi kendimizden de esirgeriz.

Bir kadının besleme gücünü kısıtlaması, kişiliğinde karanlık bir gölgedir, ani bir güçlenme duygusu yaratsa da, asla gerçek büyümeye hizmet etmez.

Reddetme ve kısıtlama gücü, zor durumlarda sahip olduğumuzu düşündüğümüz tek güçmüş gibi gelebilir. Ama bunun nedeni kısmen, büyük bir olgunluk ve hassasiyet gerektiren ve genellikle dış koşullar yerine içsel güvenliğimizin korunmasına daha çok dayanan bilinçli olarak besleme gücüne gerçekten bağlanmamamız ve bu kapasitemizi kullanmamızdan kaynaklanır.

Beslemenin bir güç olduğuna dair farkındalığımızı artırdıkça ve onu bir hediye ve sorumluluk olarak kabul ettikçe, beslemenin yaşamın kutsallığını bilme gücü gibi diğer güçlerle nasıl birlikte çalıştığını da görürüz. Yaşamı kutsal olarak görmenin genişlemiş hali, beslemedir nasıl hissettiğimizi ve nasıl verdiğimizi değiştirdiğinden dolayı, bizim için ve başkaları için beslenmedir. Kutsal olandan esirgemeyiz; hayatın kutsallığını bilmeye başladığımızda, doğal olarak kendimizden de vermek isteriz veya yerküre ile olan bilinçli bağlantımızı derinleştirdiğimizde, doğayı besleme ve iyileştirme gücümüzü de doğanın bizi iyileştirme gücünü de açığa çıkarırız. Topluma karşı doğal içgüdümüze değer verdiğimizde, yaşamı destekleyen, yıkmayan, sosyal sistemlerin arkadaşlık ve komşuluktan hastane ve okullara yaratılmasına yardımcı oluruz. Besleme gücümüzü arzumuzla uyumlu yaşarsak, kalbimiz gerçekten ihtiyacımız olanla bizden istenenin çoğu zaman uyumlu olduğu durumlara doğru yolunu bulur. Bunlar hüsnükuruntu veya spiritüel illüzyonlar değildir, ama basit olarak güçlerimizin hayatta diğer güçlerle birlikte veya onlara dayanarak nasıl çalıştığıdır. Ancak bu gücü yaşamak için psikolojik dinamiklerin ötesine geçmemiz ve kendi kendisini devam ettiren hayata dâhil olduğumuz daha derin bir bütünlüğe adım

atmamız gerekir. Kadınların gücüyle yine hayatın bütünlüğüne işaret ediyoruz ve besleme bir istisna değil. Besleme gücünün nasıl çalıştığını daha iyi anladıkça, daha çok beslenmiş hissedebilir ve diğerlerini de daha çok besleyebiliriz. Kadınların verdikçe ve başka insanlara da birçok şekillerde verdikçe, tükenmiş hissetmelerine katkıda bulunmayan bir dengeye ulaşmalarının bir yöntemi vardır. Bu bütünlükte ruh ve fiziksel yaşam arasında bir ayrım olmadığından dolayı, bizi bedenlerimizde topraklayan bir yöntemdir. Verdiğimizde tükenmemek için bu bütünlüğe dokunabiliriz. Yaşam tükenen bir pil değildir; o yağmuru alıp bitkilere hayat veren, güneşi özümseyip oksijen veren vs. bir ormandır. Doğanın bu döngüsel, ritmik ve yeniden doğuran niteliği, kadınların doğasının temelidir ve bu devam eden gücün sürekli giriş ve çıkışı, onun bir parçasıdır.

Hepimiz bu besleme gücü için kalıp bedenlerimizde sadece fiziksel bedenlerimize değil, aynı zamanda ezoterik enerjik bedenlerimizede sahip olduğumuzdan dolayı, kutsanmışızdır ve bu kalıp, yaşamlarımızın belirli dönemlerinde kendiliğinden etkin hale gelir, gerçekten kim olduğumuz ve nasıl yaşayabileceğimize dair bilinçli farkındalığın çok derin bir deneyimine ve ihtimaline direkt erişmemizi sağlar. Besleme gücümüzün olağanüstü kapasitesini en açık olarak, dünyaya bir çocuk getirdiğimizde ve onu emzirdiğimizde, bedenimiz gizemli bir şekilde bir başkası için besin haline geldiğinde ve sadece fiziksel gıda değil, ama spiritüel gıda haline geldiğinde hissederiz.

Ne yazık ki kadınlar genelde çocuk yetiştirme ve emzirme döneminden sonra, sanki o zamana dair armağanlar sonsuza kadar kaybedilmiş gibi hissederler. Ancak bu inanılmaz anlardaki bazı şeyler, yaşamın sonraki dönemlerinde yine da aktif hale gelebilir bu, bedenlerimizin mucizevî spiritüel araçlar olduğunun ne kadar farkında olduğumuza ve onları böyle araçlar olarak görmeye ne kadar istekli olduğumuza bağlıdır.

Besleyen Göğüs

Kadınların vücudu, hayatı yaratmak ve beslemek için tasarlanmıştır ve belki çocuk doğurmak ve emzirmek kadar bu gücün bu kadar çok görünür olduğu başka bir dönem yoktur. Kadınları ve kadınsal bilgeliği bu kadar küçümseyen dünyamızda, doğurmak ve emzirmek gibi bu kadar sıradan ve fiziksel boyutun bu kadar büyük bir parçası olan şeylerin spiritüel olarak bir güç kabul edilmemesine şaşırmamak gerekir.

Ancak anneler bu işlevlerin gizli bir spiritüel yönü olduğunu bilir. Bu gibi zamanlarda bizi ele geçiren yoğun sevgi ve birlik duyguları vasıtasıyla bunu biliriz. Bu tecrübeler dini kurallara veya uygulamalara yansıtılmaz, böylece ilahi olanın veya vahyin daha çok algılanmasına nasıl uygun olduklarının farkındalığı olmadan derin kişisel deneyimler olarak kabul edilirler. Seattle'dan yeni bir anne, emzirmenin bu yoğun spiritüel ve kişisel yönünü şöyle tanımladı:

"Oldukça dini, ama pek spiritüel olmayan bir evde büyüdüm. Dini kimlik ve kurallar konusunda güçlü bir anlayışımız vardı, ama Tanrı veya daha büyük bir güçle gerçek bir bağımız yoktu. Ancak ilk çocuğum doğduğunda, kızımı emzirme sırasında aramızda hissettiğim bağ beni sarmıştı. Sadece fiziksel bir bağ değildi. Ona yaşam vermek ve onu beslemek, haftalar ve aylar boyunca büyümesini izlemek mucizevîydi. Ama beni asıl heyecanlandıran duygusal tepkilerdi. Neşe, merak, bağlılık ve umut sadece ikimiz tarafından paylaşılan bir bağ haline geliyordu."

Birçok mistik deneyimde olduğu üzere, kadınların çoğu bu sıradan deneyimlerin spritуel hissini destekleyecek çok az ezoterik bilgiye sahiptir ve bu nedenle gizli tutarlar, daha geniş çıkarımlarının farkında değildirler. Oysa insanoğlunun enerji yapılarını görebilen bazı insanların bu zamanlarda neler olduğunu tarif edebilecekleri bir bilgi vardır.

Çigong pratisyeni, araştırmacı ve Seattle Çigong ve İçsel Alternatif Tıp Enstitüsü (Institute of Qigong & Internal Alternative Medicine)'nün kurucusu Dr. Guan Cheng Sun, bir kadının

göğsündeki enerji noktasının göğüsle birlikte çalışarak çocuk için nasıl spiritüel beslenme sağladığını şu şekilde açıklıyor:

"Emzirme doğal olarak kadının göğsüne yakın olan çakrayı, enerji noktasını, etkinleştirir ve bu durum, enerjinin göğüsteki süt ile birlikte çocuğa akmasını sağlar. Bu, en az sütün kendisi kadar çocuğun büyümesine yardımcı olur. Bu çakra kalple birlikte çalışır. Çocuğu destekler ve aynı zamanda onu korur. Lenf sisteminin ve dalağın enerjisine işaret eden güçlü bir mor rengi olabilir. Çocuğun lenf sistemini güçlendirir."

Emzirme yalnızca fiziksel bir fonksiyon değildir. Spiritüel bir bileşeni vardır. Çakranın enerjisi, anne vasıtasıyla çocuğu beslemek için verilen spiritüel bir besin ve ışıktır. Kadınların çoğunun olağanüstü ve yoğun besleme olarak deneyimledikleri, anne çocuk arasındaki bağa katkıda bulunan şey, bu spiritüel enerjidir. Bu temel ilişkinin spiritüel yanı genellikle o kadar büyüktür ki, bir annenin fiziksel seviyede tüm yorgunluğunu ve tükenmişliğini gölgede bırakabilir. Bu tecrübeye saygı duyabilir ve o ilk çocuk yetiştirme yıllarının ötesinde, öğreteceği önemli spiritüel dersler olduğunu görebiliriz. Bu, Kuzey California'da yaşayan yeni bir annenin tecrübesiydi:

"Emzirme tecrübem bana çok önemli bir şey gösterdi. İnsanın kendisini ilk sıraya koymadığı dünyanın merkezi olmadığı durumlarda ne kadar çok sevgi ve bağlantı kurabileceğinin bir damgası gibiydi. Kendimi hiçbir zaman fedakârlık yapan biri olarak görmedim ve bu deneyime de fedakârlık demek tamı olarak doğru değil; bu daha çok sadece içinde olduğun bir şey".

Emzirme, kadınların spiritüel gücünün nasıl çalışabildiğini gösteren bir kalıp gibidir. Kendiliğinden olur, yaşamın hizmetindedir. Bedeni tamamen içerir. Bizim birlik ve bağlantının farkına varmamızı sağlar ve doğal bir fedakârlık ve hizmet duygusunu canlandırır. Hepsi çok az çabayla (ama bazen büyük acılara katlanarak) olmak üzere, çoğunlukla sadece anda kalmamız, tepki vermemiz ve esirgememiz gerekir.

Maalesef kadınlar çocukları sütten kesildiğinde, sanki çocuk yetiştirmenin yakınlığının ötesinde hiç yeri yokmuş gibi, genel-

likle bu yoğun deneyimi geride bırakırlar. Sütten kesilme sürecinin yarattığı hüzün, anne, çocuk ve yaratıcı yaşam gücü arasındaki çok bilinçli ve yoğun içgüdüsel deneyim, bazen acı dolu bir farkındalığa dönüşürken, çok büyük olabilir.

Oysa her kadının aynı çakra yoluyla sevgiyi yayma kapasitesi anne olsun ya da olmasın her zaman mevcuttur. Çakra, uykuda ve ya kullanılmıyor olabilir yahut etkinleştirilebilir ve Dr. Sun, memesi kesilip çıkarılan veya göğüs büyütme ameliyatları geçirenlerin dahi, bu potansiyele sahip olduğu konusunda bizi temin ediyor. 'Bazen bir şeyleri kesmek onu daha hassas hale getirebilir.' diyor. 'Beden hatırlar ve bu hatıra kolayca etkinleştirilebilir.'

Bu çakranın aktivasyonu asla bir bebeği besleme deneyimiyle aynı olmayacaktır, ama kadınların çoğu yaşadıkları bu erken tecrübenin çocuk yetiştirmenin ilk safhalarından sonraki yaşamın bir parçası olabileceğini idrak etmez ve hatta çok azı, parçası olması gerektiğini idrak eder.

İçsel Güneş

Eğer bu çakra aktif hale getirilirse, bir kadın göğüsleri aracılığıyla besleyici ışığını sürekli yayar. Dr. Sun bu tecrübenin emzirme ile kısıtlı kalmak zorunda olmadığını açıklar:

"Bir kadın gerçekten canlı veya sağlıklıysa, göğüsteki bu çakradan gelen özel bir ışığa sahiptir. Bu pembe bir ışıktır sanki göğüsten saçılan güneşin doğuşu gibidir. Bu, kalpte değil, ama ona yakındır. Hem kalpteki kanla, hem de göğüsle bağlantılıdır. Kalbin enerjisi gerçekten kırmızıdır. Bu yüzden, kırmızı ile birleşen pembe güzel bir mor haline gelebilir. Sağlıklı bir kadında bu, güneşin içi gibi saf, parlak ve sıcaktır".

Benim tecrübeme göre, erkeklerin göğüs enerjileri daha çok gümüş ve beyaza benzer. Güneşe çekilmelerinin nedeni budur. Onlar başlarından içlerine çekilmek üzere, beyaz veya aya benzer

bir enerji getirirler. İnsanlar erkeklerin güneş, kadınların ay olduğunu düşünür, oysa tam tersidir!

Kadınsal gücün doğasını düşündüğümüzde çoğu kez, kadın doğasının içsel ve alıcı yönlerine odaklanırız. Ancak etkileyici besleyici bir spiritüel güç vardır yaratma, verme, sürdürme. Kadınların engin bir gecede almaları, yansıtmaları ve saklı yaşamaları gibi, biz de gün ışığının sonsuz akışı gibi besleyebiliriz. Bu Veçhe, İsis veya Sekhmet, Mısır'ın aslanbaşlı tanrıçası veya yaşamasını sağlayan kalbi sadece kişisel evlerde değil, aynı zamanda şehir merkezinde bir ateş olan Yunan tanrıçası Hestia veya 'gizli olmayan sonsuz bir iyilik' içeren Kelt ateş tanrıçası Brigit gibi, güneşle bağlantılı olağanüstü kadim güneş tanrıçaları yoluyla imgeleştirilmiştir.

Birçok kadın bu ışığın ne zaman yandığını bilir sıradan gözlerimizle görünmeyebilir, ama şüphesiz onu hissederiz. Ne zaman açık, ne zaman kapalı olduğunu biliriz ve çevremizdekiler de bilir. Bazen bir alışkanlığın kontrolü olarak onu kasten kapatırız. Çocuk yetiştirmenin ilk yıllarında ve ayrıca sevişirken, kendimizi başka bir insana sevgi, ruh ve fiziksel bedeni aynı anda içeren bir bütünlükte tamamen verdiğimizde, kendiliğinden yandığını hissederiz.

Ezoterik enerji sistemlerimizin daha çok farkında hale gelmemiz, farkındalığımızın deneyimimizde daha güçlü bir güven temeli sağlaması açısından önemlidir. Güneş gibi parlayabileceğimizi biliyoruz ve ışığımızı kapamamızda payı olan şeylerin farkına varabiliriz.

Spiritüel Bedenler

Kadınların, vücutlarını spiritüel enerjiler için özgün vasıtalar olarak hissetme ve ona güvenme ihtiyaçları abartılamaz. Biz çocuk büyür büyümez görevi biten, sadece fiziksel seviyede yaşam verenler değiliz. Daha ziyade, yapabildiğimiz sürece yaşamı

sürekli besleyen, devam eden bir spiritüel yetenekle ve sorumlulukla tüm yaşamın anneleriyiz.

Besleme gücü, bedenlerimize spiritüel araçlar olarak saygı duymaya başladığımızda etkinleşir. Bu zorluk bile tek başına çok büyük görünebilir. Bedeni tüm biçimlerde insan, hayvan, bitki, mineral istismar etmiş ve kötüye kullanmış ve nesneleştirmiş bir dünyada yaşıyoruz. Kadınların bedeni de istisna değil ve bedenimizle o kadar iç içe olan spiritüel doğamız, benzer şekilde aşağılanmış ve sonra unutulmuştur, hatta bizim tarafımızdan bile.

Bedenlerimizin ve emzirme gibi en içgüdüsel ve doğal işlevlerimizin spiritüel doğalarını kabullenmek bunaltıcı olabilir.

Nereden başlarız? Dr. Sun'ın verdiği bilgiler, zaten bildiğimiz şeyleri, çocuklarımızı beslediğimizin nasıl tamamen kutsal olduğunu ve bedenlerimizin hayatı spiritüel olarak ayakta tutmak için nasıl özgün olarak tasarlandığını hatırlatarak bir temel oluşturabilir. En büyük zorluk ise, bu bilgeliğe dair ne kadar az yansıma olursa olsun, tamamen doğru olduğunu bildiğimiz şeyden dönmemektir. Bedenlerimizin ve özellikle de göğüslerimizin nesnelleştirilmesi ve cinselleştirilmesi, spiritüel gücümüzün üzerini kapatan bir peçe gibidir.

Emzirme başka bir şeyi, spiritüel besleme gücümüzün nasıl da içgüdüsel doğamızla ve bedenlerimizle tamamen iç içe geçtiğini gösteren bir mucizeyi fark etmemizi sağlar.

Kuşkusuz bu temel deneyim bizim ataerkil toplumumuzda saygı görmez. Emzirme, özellikle Amerikan kültüründe, genellikle kişinin evinde yapması gereken utandırıcı bir davranış olarak görülür. Michelle Obama'nın emzirmeyi desteklemesi üzerine (emzirilen çocukların obez olma ihtimali daha düşüktür) meydana gelen 2011 protestosu, toplumumuzun bu gizemli deneyimi aşağıladığını göstermesinin yanı sıra, emzirmenin gücünü de gösterir. Eğer o kadar güçlü olduğu hissedilmeseydi en azından bilinçaltı seviyesinde böyle bir protesto neden olurduki?

Ancak dünyanın bize geri yansıttığı şeye inanmamak, içsel bilgimize güvenmek ve bu bilişi korkusuzca yaşamak bize bağlı-

dır. Birçoğumuz için bu, madde dünyası ile bedenimiz ve ruhlar dünyası arasındaki psişelerimizin ayrımını tamir etmeye, bedenlerimizi ve onların kutsal işlemlerini yeniden kazanmaya ve onurlandırmaya, onları oldukları halleriyle birçok alanda yaşanabilecek spiritüel hediyeler olarak görmeye dayanır.

İsviçre'de yaşayan üç çocuk annesi Sufi bir kadın, besleme gücünü yaşamasını engelleyen psikolojik dinamikleri ve beslemek için kendi kapasitesini nasıl açığa çıkardığını anlatıyor:

"Kadınsal doğamın değersiz olduğuna, bir kadın olarak spiritüel bir yaşamı gerçekten hak etmediğime dair her ne kadar öğretmenim bana böyle olmadığı konusunda güven verse de birçok spiritüel şartlanmalarım vardı. Yetersiz olduğuma dair hislerimin giderek daha çok farkına varmaya başladım... Bir kadın olmanın ve değersiz olmanın utancıyla yaşadığımın daha çok farkında hale geldim. Bu içsel yetersizliği giderme ihtiyacından dolayı, insanlara daha çok şey verdiğimi gördüm. Daha az utanmış ve daha değerli hissedebilmek için insanlara daha fazla ilgi göste-riyordum. Var olmak ve onaylanmış hissetmek için. Bu yüzden diğer insanları gözettim. Ama aslında bu anne dinamiği, insanların sadece çocuk gibi hissetmesini sağlıyordu".

Bu kadının kendine güvensizliği derindi belki de dünyevi âlemlere ve bir kadının dünyaya yakınlığına karşı yaşamlar boyunca iç ve dış önyargılardan dolayı kökleşmiş bir değersizlik hissi vardı. Üç çocuk annesi bir kadın olarak hayatı ve yolu, fazlasıyla eve ve fiziksel dünyaya bağlıydı, öğretmeni ise hayatının büyük kısmını inzivada geçiriyordu. İlahi olanı sevmeyi kendine göre bir yolla kabullenmesi gerekti ki bu yol, hayatında bir anne olarak ve aynı zamanda büyük bir firmanın yöneticisi olarak gelişti. Hayatının bir noktasında şu rüyayı gördü:

"Başka güzel kadınlarla birlikte çok güzel, aydınlık ve arketipik bir bahçedeyim. Çok ama çok uzun zaman önceydi ve gerçekten çok güzeldi. Yerli Amerikalı'ya benzeyen, ancak Yerli Amerikalı olmayan, uzun saçlı bir kadınla yürüyorum... Bir erkek görüyoruz. Bu bahçede misafirmiş. O bir dahi ve entelektüel.

Birlikte olduğum kadına âşık olduğunu düşündüğünü görüyorum. Ama aslında onu sadece cinsel anlamda istiyor. Kadınsa adamın kendisini zihin açıklığı, net görüşü için sevdiğini düşünüyor ve kendisinin de kültürlü olduğunu ona göstermek için onunla olmak istiyor. Bu yüzden ona ilgi gösteriyor ve bedenini veriyor. Bu uyumsuzluğu görüyorum ve kadına adamın gitmesine izin vermesini söylüyorum. Bana gerçekten inandığından emin değilim, ama adam gidiyor. Biz kalıyoruz, dinamikleri tartışıyoruz. Sonrasında yalnızım. Toprağın içinde bir tünelden geçmek zorundayım. Bir doğuma benziyor. Alanın giderek daralması hissinden gerçekten hoşlanmıyorum, ama panik yapmıyorum. Aydınlık bir yere geliyorum. Ama bir mağara gibi sanki hâlâ toprağın altında bir yer. Binlerce yıl evvel burayı terk etmişim. Burası bir iyileşme yeri. İyileşmek için gerekli cevherleri içeren güzel taşların hepsi var. En iyi cevherler. Bu güzel saf cevherlerin bu kayalarda toprağın en yoğun halinde olmasına hayran oluyorum. O kadar gizemli, o kadar güzel ki, yüzyıllar süren savaş ve mücadele sırasında burası toprağın altında kapalıydı. Kapalıydı, böylece kimse göremezdi. Oysa önceden olduğu gibi aynı yerdi. Bir sonraki sahnede çocuğu olan genç bir kadınla birlikteyim. Artık bu yere erişim açık. Artık ulaşılabilir.

Bu kadının gizemli rüyası, kişinin kadınsal doğasına saygı duymasının, maskülin dinamikler tarafından kötüye kullanılmasına içte veya dışta izin vermemesinin önemini vurguluyor ve bu bir defa yapıldı mı, rüyayı gören kendisini doğuma benzer bir sürecin içinde buluyor; toprağın içerisinde derin bir ışığa doğuyor. Bu içsel ışık, taşın içindeki saf bir cevher artık kullanışlı hale geliyor ve rüyayı gören kadın da artık bunu biliyor. Artık, bir anne ve çocuğun olduğu son sahnede gösterildiği üzere, günlük hayatında da en sıradan durumlarda bile onu kullanabilir. Rüyaya göre bu, bir kadın olarak onun iyileşme yeri. Cennette veya aşkın bir diyarda değil, ama toprağın bedeninde, kendi bedenlerimizde, kendi yaşamlarımızın cevherinde bir iyileşme yeri. Spiritüel ışığı en yoğun dünyevi maddeden ayrı tutan bir ayrım şimdi kaybolmuş ve kadının psişesinde veya varlığında dünya ve ruh ayrımı hiç kalmamış gibidir.

Bu rüya, rüyayı göre kadının kadınlığı ile ilgili derin bir güvensizlik hissinin çözüldüğü bir zamanda görüldü. Kendi içsel doğasına daha direkt bir bağlantı buldu, bir kadın olarak onu onurlandıran ve ona değer veren bir bağlantı. Şöyle açıklıyor:
"Benim için bu şununla ilgili 'kime hizmet ediyorsun?'"

Şimdi besleme şeklim farklı kendi değersizliğimi çözeceğim bir yerden kaynaklanmıyor. Ben diğerlerinin annesi değilim başka bir şey için kendimi sorumlu hissediyorum. Artık, daha çok görev doğuyor ve o zaman benden ne istendiğini anlamak için çok bilinçli ve dikkatli olmam gerekiyor.

Deneyimlediğim üzere insanlara sadece kendi değerlerini yansıtabilirim. Örnek olarak, iş yerinde kendisiyle ilgili şüpheleri olan bir kadın var. Bunun nedeni, onun bir kadın olmasıdır. Değerli olduğunu fikirlerinin iyi olduğunu, katkılarının iyi olduğunu teyit edebilirim. Ama bu çok doğaldır. Kendimi 'yardım' ediyor veya 'hizmet' ediyor gibi hissetmem. Sadece kendim olurum.

Artık konu onların ya da benim ihtiyaçlarım değil daha çok neye ihtiyaç duyulduğuyla ilgili.

Her kadın doğasında var olan kutsallığı bilinçli olarak geri kazanmak ve bu kutsallığı kendi bedenine ve toprağın bedenine iade etmek ve onu psikolojik dinamiklerden özgürleştirmek için kendi yolunu bulur. Kutsal olanla fiziksel olan arasındaki ayrım iyileştiğinde, bir kadın bedenini ve toprağın bedenini spiritüel bir araç olarak görür ve onlara saygı duyar. Onun sevgisi, ilgisi ve tutkusu 'spiritüel' enerjileri, onun fiziksel varlığı vasıtasıyla yaşama ve bu yaşam ağından kendi bilincine akar.

Bu bütünlükten, direkt olarak topraktan, bağımsız mantık veya şüphe tarafından yasaklanmamış hayatın bedeninden, kadınlar muazzam bir bilgi sezgi elde ederler. Bu biliş, psikolojik dinamiklerden, güvensizliklerden veya kişisel hedeflerden bağımsızdır ve doğada biçimlenmiş olan ver-al döngüsüne hizmet eder. Bu, besleme ve sevginin nasıl özgür hale geldiği ve serbest bir şekilde verildiğidir. Kendini korumada psikolojik eksiklikten ve bunun sonucundaki başarısız teşebbüslerden kurtulmuş ola-

rak, bir kadının gücü çocuk yetiştirmenin ötesinde etkinleşir. Enerjinin göğüsten akması, birçok eski bereket tanrıçalarında, özellikle göğüslerinden yaşama sunulmak üzere bir kâseye süt dolan ilk Afrodit Astarte'nin büyük heykelinde imgeleştirilmiştir. Bu güzel imaj, emzirmenin çekirdek ailenin ötesinde olgun, gelişmiş ve hatta benötesi işlevini yansıtır.

Göğüsler toplumun, yaşamın, yaşayan bütünlüğün hizmetinde etkinleştirilmiştir. Ruh ile beden arasındaki ayrımı onarmış ve spiritüel bilinci bedenine dâhil edilmiş bir kadının huzurunda oturmak olağanüstü ve akıl karıştırıcı bir deneyim olabilir. Sezgi hissedilir, ama hiçbir kelime konuşulmaz. Besin özümsenir, ama nasıl?

Enerjinin iletimi genellikle her iki cinsten büyük azizlerin ve öğretmenlerin deneyimlediği bir şeydir, hal böyleyken Hindistan'da aziz yüce Amma'nın fiili olarak insanlara sarılması vasıtasıyla canlandırdığı gibi bu, fizikseli de dâhil eden kadın öğretmenlerde aşikâr bir nitelik olabilir.

Bu gücün varlığında bulunduğunu biliriz; bedeni içerecek bir şekilde verileni hissederiz ve özümseriz. Tüm yaşamları boyunca tüm çocuklarını seven ilahi bir annenin göğsündeki çocuklarız.

Kendini Besleme

Kadınların gücü bedenlerine o kadar bağlıdır ki, bedeni, spiritüel doğasını reddetmek demek, kendimizi güçten kesmek demektir. Kilit nokta, bedenlerimize ve içgüdülerimize teslim olmak ve onları onurlandırmak yoluyla bu ayrımı onarmaktır. Diğer bir önemli kısım, kendimizi beslemek için sorumluluk almamız, böylece diğerlerini beslemek için yeterliğimizi sürdürmemizdir. Bu herhangi bir sistemin bakımına benzer. Tüm sistemler canlı ve mekanik bakıma ve özene ihtiyaç duyar. Bazı zamanlarda disiplini ve ayrımcılığın, beslenmemize, beslenme sistemlerimizi ayarlamamıza ve verişimizi kolaylaştırmaya yardımcı olacak şekillerde çalışmalarını kullanmamız gerekir.

Günümüzde birçok kadın beslemekten o kadar çıkmıştır ki bizi gerçekten neyin beslediği ve diğerlerini neyin beslediği en başından başlamalıyız. Bu, kendimizi beslemek için kendi beslenme sistemlerimizi kullanmak ve neyin gerçekten devam ettiği ve neyin sadece geçici bir haz olduğu konusunda dürüst olmak demektir.

Birçok kadın için kendimizi dâhil etme uygulaması bir engeldir. Kadınlar vermeye şartlanmıştır, bunun kısmen nedeni bizim besleyici olarak tanınmamız ve bunun oynaması güvenli bir rol olması, kısmen de bizim toplumumuzdaki diğer kişilerin ihtiyaçlarına çok uyum sağlamamızdır. Ancak herhangi bir şartlanma, tıpkı daha önceden bahsedilen İsviçreli kadının verme ihtiyacı ve kendi değerini onaylatmak için vermesinin daha derin bir şeyleri kısıtladığı gibi, bizim gerçek gücümüzü kısıtlar.

Dr. Sun, multiple skleroz, fibromiyalji, lupus ve diğer bağışıklık sistemi hastalıkları gibi hastalıkların erkeklere göre kadınlarda daha sık görülmesini, kadınların kendilerini saymadan vermeleriyle kendilerini nasıl tükettiklerinin bit işareti olarak görür. Meme kanserinin yaygınlığını, göğüslerin gücünün farkındalığının eksik olmasının bir işareti olduğunu belirtir. Dr. Sun'a göre kadınlar için zorluk hem içsel hem dışsal olarak beslemek için gücümüzü etkinleştirmeyi öğrenmektir ve onun söylediği üzere, sırf bu amaçla tasarlanmış 'özel bir bedenimiz' vardır.

Kadınlar o kadar çok verir ki; tükenme aşırı olabilir. Ancak kadınların özel bir bedeni vardır doğası, çocuğu göğüsten beslemektir. Bu beden yapısı kişinin kendisini ve ruhunu da beslemesi için kullanılabilir. Devrim, kadınların kendi kendilerine güçlenmelerini, kendi kendilerini sevmelerini sağlamaktır. O zaman diğerlerini besleme hiçbir zaman tükenmez.

Dr. Sun'ın Taoist geleneğinde, kadınlar için kendi kendini beslemenin kilit noktası, üreme organlarının bir çocuk doğurmanın ötesinde, yeni içsel spiritüel enerjinin oluşturulması ve yaratılması için kullanılmasıdır. Üreme sistemimizin bütün yönleri spiritüel gücü içerir.

Üreme sistemi ölümsüzlüğün doğasına sahiptir. Sıradan bir insan bedeni için, hücreler ve organlar, karaciğer, kalp her şey üreme sistemine destek olmak için çok çalışır. Taoist ustalar bu üreme enerjisinin hayret verici olduğunun farkına varmışlardır.

Bir kadın hamile kaldığında, regl boyunca kaybedilen enerji şimdi tersine çevrilir. Bu demektir ki artık enerji kaybetmemektedir. Birdenbire, enerji oradadır. Bir kadın hamile kaldığında, enerji dışardan içeri girer. Rahim, kalın bağırsak ve akciğerle yakın çalışmak yerine, bedene besin ve enerji sağlayan ince bağırsak ve kalple yakın çalışmaya başlar. Bu, içsel bir süreç olan bebeği beslemek içindir.

Ama çocuk yetiştirme bittikten sonra, bu üreme enerjisini içsel geliştirme için kullanmak mümkündür. Bu enerji yaratım ve sentez sentez ve yaratım ile ilgilidir. Kişi uygulamalar yapabilir ve üreme sisteminden bu ölümsüzlüğü, bu yaratıcı enerjiyi, bu asla ölmeyen türde enerjiyi kullanabilir. Bu durumda beden ve ruh yeniden canlanır! Tazelenir!

Eğer hamile değilseniz veya enerjik uygulamalar yapmıyorsanız, enerji oradadır, ancak hiçbir şey yapmamaktadır.

Dr. Sun, Taoist düşünce ve uygulamasında insanoğlunun üreme vazifesinin olduğunu açıklar. Bu sorumluluk yerine getirildiğinde birey bedenini ruhu işlemek için kullanabilir. Bir çocuğu olsun ya da olmasın, bir kadın hem içten hem dıştan bedeni beslemek için birlikte çalışan rahmine ve göğüslerine odaklanarak bu işlem için özgün bir vasıtaya sahiptir.

Rahim içsel bir alandır ve enerjilerin güçlü bir şekilde birleşmesidir. Üretken, yaratıcı ve saftır. Bir kadın uygulayıcı, rahimle başarılı bir şekilde çalışabilirse, beden hamileliğin anısına sahip gibi olur ve yaratıcı süreç meydana gelir. Fiziksel beden dönüşmeye başlar. İç organların niteliği değişir. Spiritüel enerji büyür ve bedeni etkiler. Kadının bedeni çok güzel bir şekilde tasarlanmıştır. Rahim, tıpkı yerkürenin okyanusları gibi, enerji getirir. Göğüsler, tıpkı yerkürenin dağları gibi enerjiyi dışarıya yayar. Bu kadınlara özgü bir döngüdür.

Taoist gelenekte enerji uygulamaları organlara ve spiritüel amaçlarına itibar eder. Sağlık ve canlılık, uygulamanın sonuçlarıdır, ama önemli olan nokta hizmet edebilecek spiritüel enerjiyi yaratmaktır. Konu sadece enerji kazandırmak değil, spiritüel amaçlar için enerji kazandırmaktır akacak daha fazla enerji geliştirmesi için çalışmasını sağlamaktır. Örnek olarak, rahim rengi ve göğüs rengi farklıdır. Eğer bu iki enerjiyi bir araya getirirseniz, altın rengi elde edersiniz. Bu altın renk beden ve ruh içindir. Bireyi ve çevresindeki herkesi etkiler ve göğüste, 'çevredeki herkesi' etkileyebilecek beslemenin spiritüel enerjisini içten dışa çıkaracak güç vardır. Dr. Sun'ın dediği üzere:

"Beslemenin işlevi, besleyen bilinci açığa çıkarmaktır. Göğüs, çocuğu beslemek için sütü dışarı çıkaran bir araçtır. Emzirmeden sonra bile yine de, enerjik olarak, kolektif enerji alanını beslemek için bir araçtır. Göğüs hâlâ besleme işlevine hizmet eder, ama çocuğun ötesinde kolektif alana hizmet eder. Bir Taoist ve Çigong öğretmeni olarak Dr. Sun'a, Çigong, spiritüel amaçlar için bir enerji geliştirme yöntemi olarak öğretilmiştir. Ancak o mevcut olan daha birçok yolun bulunduğunu kabul eder. Tüm dinlerin dua ve meditasyon'dan özverili hizmete kadar spiritüel yöntemleri vardır."

Ama Dr. Sun bir yöntemin zihne çok fazla odaklandığında, anahtar bileşeni gözden kaçıracağı konusunda uyarır. Buna, spiritüel enerjinin gelişimi için insana ve dünyaya dayalı yaşama hizmet edebilen bedenin önemi dâhildir. Her dinin kendi bilgeliği vardır. Ancak insanlar beden hakkında ve onun nasıl katılımda bulunduğuna dair bilgiye sahip değilse, o zaman süreç çok etkili olmaz. Enerji sistemini geliştirmek için doğru niyete sahip olmalısınız; istikametiniz bilinçli olmalıdır. Eğer zihnin önemli kısım olduğunu düşünürseniz ve bedeni dâhil etmezseniz, o zaman bu türden bir yenileyici ve yaratıcı enerji meydana gelmez. Sadece niyete ve bilinçli düzenlemeye dayanır. Beden yönelime ve niyete karşılık verir.

Enerji Değiş Tokuşu

Besleme gücünün temelinde, enerji değiş tokuş gücü vardır. Enerji alırız; enerji veririz. Nefesimiz gibi, yaşam içimize girer ve bizim üzerimizden hareket eder. Biz, enerji değişiminin genişleyici çok boyutlu sisteminin bir parçasıyız. Ne kadar çok enerji, sevgi, ışık ve diğer güç çeşitlerini alırsak, o kadar çok şey sunarız.

Eğer hayatta birbirine bağlılığın ve enerji değiş tokuşunun farkında olmadan hareket edersek, genellikle yapmamız gerektiği şekilde kendimize özen göstermeyiz. Dr. Sun bu farkındalık eksikliğinin etkilerini görür.

Göğüs bölgesindeki gri ışık, kadının tükenmiş veya kirlenmiş olduğu anlamına gelir. Bu, sağlıksız insanlarla zaman geçirdiğinde veya abur-cubur yediğinden dolayı olur. Genç sağlıklı bir kadın bile yanlış kişiyle cinsel ilişkiye girerse, bu göğüs aurası anında değişir. Göğüste gri enerjinin olması, sağlıksız enerjinin kendi enerjisiyle karıştığı ve kendi enerjisinin zayıfladığı anlamına gelir. Kuşkusuz bu, onun yaşama yayacağı enerjiyi etkiler.

Enerji değiş tokuşunun farkında hale gelmek, sadece usule uygun spiritüel uygulamalar yoluyla değil, aynı zamanda sağlıklı ilişkiler sürdürme gibi yaşamın en temel yönleri vasıtasıyla da kendimizi besleme için daha sorumlu hale gelmemiz demektir. Bu ilişki anlayışı, kiminle seviştiğimizden ne yediğimize ve zamanımızı nerede geçirdiğimize kadar hayattaki her şeyi içerir. Örnek olarak, barda saatler geçirmek, barlarda sıklıkla gelişen korunmasız karanlığın öfke, cinsel ihtiyaç, umutsuzluk bünyelerimiz tarafından özümsenebileceğinden dolayı kişinin enerjisini riske atabilir. Benzer şekilde, bir kilisenin veya bir tapınağın duvarlarının sahip olduğu adanma ve dualar da özümsenebilir.

Besleme sistemlerimizi geliştirdikçe, Dr. Sun çevreye daha uyumlu hale gelmemizi ve ayrıca kadınlar için çok dengeleyici olabilecek olan doğada daha fazla vakit geçirmemizi tavsiye eder.

Kadınlar çok algısal ve sezgisel olduklarından dolayı, direkt olarak doğayla ilişki kurabilir ve böyle yaparak doğayla enerji değiş tokuşu yapabilirler. Bu enerji sisteminiz için çok besleyici olabilir. Eğer bahçenizi seviyorsanız, oradaki uyumlu yaşam enerjisi sizinkini etkileyebilir. Eğer hayvanlarla uyum içinde olursanız ve gelişmiş bir enerji sistemi olan sağlıklı bir hayvanla ilişki kurarsanız, enerji ve fayda değiş tokuşu sağlayabilirsiniz. Bunu genel olarak hayvanlarla veya doğayla güçlü ilişkileri olan kadınlarda görüyorum.

Enerji değiş tokuşunun farkındalığı kişisel bakımda ve besleme gücünü onurlandırmada önemli bir parçadır. Hamile olduğu zaman, Kaliforniya'daki genç anne kendine bakma isteğini dönüştürdü. 'Kendimi beslemeye başlamam, vücuduma ne sokarsam başka bir insan üzerinde gerçek bir etkisi olacağını bilmekle başladı.' dedi.

Bu alışılmamış bir deneyim değildir. Genellikle kişisel bakımın önemini, kendi kişisel bakımımızın başkaları üzerindeki etkisini gördüğümüzde anlarız. Yavaşlamak, enerji değiş tokuşunun daha farkında hale gelmemize yardımcı olabilir. Yıllarca yeme bozukluklarından muzdarip olan genç bir kadın, usule uygun bir hizmet etme ve yemek yemenin Zen şeklini içeren sessiz meditasyon inzivasındaydı. Yemeğini yavaş yeme hızı, bir sabah kâsesinde ne olduğunu gerçekten görmesine olanak sağladı.

Dokuz tahıllı gevreğin içinde olduğu küçük kâseyi elimde tutarken, adeta bu tahılların yeryüzünün nasıl birer parçaları olduğunu gördüm. Tahıllar kasemde o kadar dünyeviydiler ki bitkiye benziyorlardı ve onları büyük, güzel bir tarlada hayal edebiliyordum. Ayrıca bedenime gireceklerini ve onlar haline döneceğimi anladım! Bu bitkileri içime almakla ben aynı tahıl tarlası h. line gelecektim. Çok net ve basit bir içgörüydü. Ama çok şeyi değiştirdi. Üstünden çok yıl geçmesine rağmen, herhangi bir yemeği yemeden önce, benim yeryüzüyle ne kadar bağlantılı olduğumu ve ne kadar müteşekkir olduğumu hatırlamak için 'Yeryüzünden, yeryüzünün' sözlerini tekrarlarım.

Kadınların ilgilenebileceği en güçlü spiritüel uygulamalardan biri, yiyecekle sağlıklı yiyecekler yemek ve yemekleri sevgiyle hazırlamak ve yiyeceğin nasıl yetiştiğine yeniden bağlanmakla ilgilidir. Yerkürenin enerjisi yeme vasıtasıyla bize ulaşır ve aynı enerji bizim üzerimizden diğerlerine ve yerküreye akar. Eğer yiyecekle, yukarıdaki Budist kadın örneğinde olduğu gibi daha farkında olarak ilgilenirsek, tüm besleme sistemlerimizi güçlendiririz. Ataerkil değerlerin hâkim olduğu bir kültürde, ismi kulağa bir yiyecekten çok sanki bir oyuncakmış gibi gelen, bir Twinkie (Amerika'nın içi doldurulmuş kek olarak tarif edilebilecek bir çeşit abur cubur yiyeceği)'nin, çoğu insan için organik havuçlara göre fiyatının daha uygun ve kolaylıkla erişilebilir olması bir tesadüf değildir.

Sağlıksız yiyeceklerin olduğu bir kültürde kadınların erkeklere göre daha çok acı çektiğini söylemek adil olmayabilir, çünkü böyle bir kültürde hepimiz hasta oluyoruz. Ama tanım olarak ataerkillik, her zaman kadınların gücüyle çelişir ve birçok şekilde onu zayıflatır ve ataerkil bir toplumda yemek düzeni, istisna değildir. Yiyeceklerin spiritüel beslenmenin bir kapısı olduğu algısı, birçok kültürün, özellikle ilahi olanın aşkın yönü üzerinde çok durmayan, ancak kâinattaki asıl kutsallığı vurgulayan yerli insanların dünya görüşünün bir parçası olmuştur. Örnek olarak, Hint Upanişadların yaklaşık 3000 yıllık Vedik geleneğinde, kutsal kadınsılığı onurlandıran bu ilahiliğin kabul edildiğini görüyoruz.

Taittiriya Upanişad'dan:

"O harika! Ben yiyeceğim!
Ben yemek yiyenim!
Ben ün salanım!
Ben dünya düzeninin ilk doğanıyım,
Tanrılardan önce, ölümsüzlüğün göbeğinde!
Bana yol veren, aslında bana yardım etti!"

"Besin olan ben, besini yiyeni yerim!
Tüm dünyanın üstesinden geldim!
Bunu bilen onun, parlak bir şekilde parlayan ışığı vardır.
Böylesi bir gizemli doktrindir!"

Kilise yetkilileri ile her zaman aynı tarafta olmayan 12.yüzyıl yüce Benedik başrahibesi Hildegard von Bingen de, modern spiritüalitenin 'şamanik' olarak tanımlayabileceği bir şekilde anladığı, doğanın kutsal gücünün bir yönü olarak besinin gücünün farkındaydı. Bunu yemek yeme vasıtasıyla açıklar, mide özümsediği varlıkların güçlerini talep eder ve sonra onların suyundan beslenme elde edebilmek için onları dışarı atar. Tanrı bunu yaradılış biçimi olarak emretti. Tüm doğada hayvanlarda, kuşlarda, balıklarda olduğu kadar bitkilerde, çiçeklerde ve ağaçlarda da hiçbir insanın ve başka bir varlığın Tanrı tarafından istenilmediği takdirde bilemeyeceği veya hissedemeyeceği belirli saklı gizemler gizlenmiştir.

Kadınlar için besinle sağlıklı, spiritüel bir ilişki çok önemli olabilir. Bizim en basit günlük ihtiyaçlarımızın ve armağanlarımızın tüm kutsallığına ve bütünlüğe direkt bir bağlantıdır. Bizi doğayla, diğerleriyle ve ilahi olanla birleştirir. Bir besleme ve beslenme yoludur ve bunların aslında aynı olduğu gerçeğini şekillendirmek için bir yoldur.

Enerji değiş tokuşunun gerçekliği, bedenlerimize girmesine izin verdiğimiz her şeyin farkında hale gelmemizin yanı sıra, günlük alışkanlıklarımız yoluyla neleri özümseyebileceklerimizi de fark etmemizi zorunlu kılar. Nasıl yediğimizi, nerede ve nasıl zaman geçirdiğimizi, kiminle seviştiğimizi, duygusal olarak kimi yakın tuttuğumuzu değiştirmek, kişisel bakım için temel gerekliliklerdir. Eğer kendimize özen gösterecek kadar sorumlu değilsek, yaşama hizmet etmeyi nasıl bekleyebiliriz?

Besleme ve Diğer Güçler

Beslemeyle kadınların güçlerinin birbirlerini gerçekten nasıl bütünleyici olduklarını görürüz. Alma gücü olmadan besleme gücü var olamaz. Basit bir şekilde, eğer alamazsak veremeyiz ve aldığımız beslenme ne kadar derin ve büyük olursa, sunacaklarımız o kadar büyük ve daha besleyici olur.

Kadınların yerküreyle bağlantısının, yerkürenin yaşam sistemleri içerisinde besleme ve beslenme kapasitemize nasıl katkı sağladığını görürüz. Sağlıklı yiyecekler yiyerek besleniriz ve kadınlar aile sisteminde her zaman yemek sunan kişiler olmuşlardır ve elbette kadınların fiziksel bedeni, yeni doğan bebekler için yemek haline gelmiştir.

En derin şeklinde, besleme spiritüeldir ve spiritüel besleyicidir. Ancak bu, yaşamdan ayrıştırılmış bir spiritüel nitelik değildir; daha ziyade İsviçreli rüya görenin taşta ışık bulması gibi, yaşamın en derinlerinde bile gizemli bir şekilde bulunur.

Yaşamın tüm hallerinde bu kutsallığı anlamaya başladıkça, besleme kapasitemiz artar. Sadece yemek sunmayız, aynı zamanda yemeği sevgiyle sunarız ve yerkürenin bunu nasıl sağladığına saygı duyarız. Kutsallığın kendisinin, kadınları dünyalar arasında bir vasıta ve kordon olarak kullanarak, yaşamı besleme şeklinde bir rol oynarız.

Bu ilahi kutsallık algısını şiirde ve birçok kadın spiritüel liderin veya kadın ya da erkek ilahinin kadınsı yanına dair güçlü algısı olan kişilerin dualarında duyarız.

Bu yine Hildegard Von Bingen'den:

"Bir nefes gibi içeri ve dışarı akarak
Kalçadaki kemik iliği özünü zorlar
Kişiyi taşır ve güçlendirir.
Böyle bir tavırda
Yerkürenin elementlerinin canlılığı, Yaratıcı'nın gücünden gelir.

Dünyayı sarmalayan bu kuvvettir:
Isıtma, nemlendirme, sağlamlaştırma, yeşertme.
Bu tüm varlıklar
Filizlenebilsin ve büyüyebilsin diyedir."

'Dünyayı sarmalayan kuvvet' hem ilahi hem de tamamen dünyevidir. Bu kadınların doğal anlayışıdır. İçimizde kabullenilmek için bekler. Aklımızın ucundadır. Nefes alınması, sindirilmesi, ifade edilmesi gereken engin ve bitmek bilmeyen besleme kaynağıdır.

Rahibe Teresa, Kalküta'daki muhtaç ve hastalıklı insanları sevip onlarla ilgilenebiliyordu, çünkü her insanda ilahi olanı görüyordu. 1989'daki röportajlarından birinde 'Ölmek üzere olan, sakat, akıl hastası olan, istenmeyen, sevilmeyen bunlar kılık değiştirmiş İsa'dır.' demiştir. 6 İlahi sevginin payı olan her karşılaşmada, yaşamının sonuna kadar yorulmadan verebilmiştir. Bağlantının ve kutsal bir özü paylaşmanın yoğun deneyimi, besleme gücünü bütünleyicidir. Sevgimizi sınırlayan veya fiziksel beslemeyi spiritüel yenilenmeden ayrı tutan önyargılarımızdan ve içimizdeki içsel bölünmelerimizden ne kadar özgür hale gelirsek, yaşamın kalbine o kadar teslim oluruz ve ihtiyaç olan yerde yaşamın kaynağı vasıtasıyla beslemeyi yaymak için o kalp atışına o kadar güveniriz. Topluluk gücünü etkin hale getirdiğimizde ve yaşamın nasıl birbirine bağlı olduğuna saygı duyduğumuzda mevcut olan ve canlı olan beslemenin veçheleri mesela sevgi, barış ve neşe vardır. Tıpkı başka bir insan için sevgimizin onunla birlikte yaşadığımızda ve sadece o kişiyi değil, ilişkinin kendisini de beslediğimizde artması gibi veya yaşamdan aldığımız keyfin doğayla veya sevdiğimiz bir kişiyle ilişkimizde güçlenmesi gibi, besleme gücü çevremizdeki toplumla ilişkimizi büyüttüğümüzde artar.

Beslemenin güzelliğin gücü ile birlikte nasıl çalıştığını ruhun, sadece güzel olan şeylerin dokunabildiği ve etkileyebildiği ve besleyebildiği bir yerinin olduğunu görebiliriz. Birçok kadının

bildiği üzere, güzellik için çok şey feda edilebilir, bu destek biçimini elde edebilmek için çok şeyden vazgeçebiliriz.

Beslemeyi etkinleştirmek ve güçlendirmek için gereken en önemli güçlerden biri arzudur. Arzu bize ihtiyacımız olan şeyi çeker ve kalbimizi açık ve uygun kılar. Besleme için arzumuza sevildiğimizi hissetme ihtiyacımıza, başkalarına verme ihtiyacımıza ve nereye ait olduğumuzu bilme ihtiyacımıza saygı duyduğumuzda, bu beslemeyi bize getirebilecek ve anlamın bizi beklediği derinliklere bizi götürebilecek olan yaşam içerisindeki enerjilere kendimizi giderek daha çok açarız.

Kadınlar için ait olma, verme ve besin alma arzumuz dış dünyamızın yeniden yapılandırılmasında rol oynar. Bize anlamlı gelen bir dünyanın parçası olduğumuzu hissetme, doğamızla uyumlu bir şekilde yaşama ihtiyacı duyarız. Ataerkil dünyanın büyük kısmı, doğamızın aleyhindedir. İstediğimiz ve ihtiyacımız olan beslenme kolayca bulunamaz para ve fiziki mallarda olduğu gibi toplum yapılarında devridaim yapmaz. Bu yapamayacağı anlamına gelmez.

Kadınların özen, sevgi, sağlıklı yiyecekler, yaşamın kutsallığına saygı duyma ve yerkürenin güzelliğinin bilinçli olarak kabul edildiği ve değer verildiği bir dünyada yaşama arzuları, değişim için bir kuvvettir. Arzumuzun farkına vardıkça, onu dinledikçe, ona saygı duydukça ve bizden istediği değişiklikleri yaptıkça, dünyanın kendisi değişir.

Dünyayı Beslemek

Birçok kadın bize nasıl ihtiyaç duyulduğunu anlamaz. Çocuklarımız, eşlerimiz ve işlerimiz tarafından günlük anlamda bize ne kadar ihtiyaç duyulduğunu biliriz, ama bazen bu süregiden talep, psikolojik ve fiziksel ihtiyaçların var olan, ama gizli olan spiritüel ihtiyaçları maskelemesi gibi, bizden derin bir gerçekliği saklar.

Kadınlara yüklenen genellikle yorucu günlük taleplerin ötesinde ve bu taleplere karşı bizim savunmalarımızın ötesinde, tıpkı bir çocuğu sadece bir annenin emzirebilmesi gibi, sadece kadınların verebileceği bir çeşit beslenmeye ihtiyacı olan bir yaşam seviyesi yatar. Bu dışarı akış, kendimiz olduğumuzda, en derin doğamıza bilinçli olarak dokunduğumuzda ve onun yerküreye ve diğerlerine nasıl hizmet ettiğine güvendiğimizde etkinleştirilir. Ancak bu seviyede vermek demek, en derin şekillerde kendimizi açmak anlamına gelir. Kırılganlığımızın gücünü hatırlamayı, öfke ve savunma tarafından korunan bir kalbe göre hassas bir kalbin nasıl daha çok alıcı ve daha elverişli olduğunu hatırlamayı içerir.

Kadınlar için beslemenin bu derin seviyesine girmek, genellikle erkeklerin bize verdikleri zararı bedenlerimize ve yerkürenin paylaştığımız bedenine verdikleri zararı affetmeyi içerir. Her kadın nasıl sevdiğimize ve beslediğimize ve nasıl esirgediğimize dürüst bir şekilde bakma göreviyle yüzleşir. Bunu yapmak psikolojik danışmanlık veya spiritüel uygulamayı kapsayabilir, ama daha çok bizi açan ve çok etkili bir şekilde koruyucu tedbirleri yok eden arzumuza dayanır.

Bu zorlu iş için hiçbir kural kitabı yoktur. Sadece yaşama giderek daha çok bağlanmak için devam eden bir arzu ve kısıtlama kalıplarında tutsak kaldığımızda değerlendirme yapmamız gereken dürüstlük vardır. Kısıtlama sadece koruyucu bir duruş değildir; bir şiddet eylemidir ve kısıtladığımız zamanlarda çok zarar verdiğimizi kabul etmemiz gerekir.

Gandhi bu gerçeği kabul etmiştir: *"Ahimsa ilkesi her kötü düşünceyle, yersiz aceleyle, yalan söylemekle, nefretle, herhangi birine beddua etmekle zarar görür. Aynı zamanda dünyanın ihtiyacı olana tutunmamızla da ihlal edilir."*

Dünya birçok ataerkil sistemin çöküşü altında yükselmeye çalıştığından dolayı, bu şimdi çok önemlidir ve yenilenme ve yeniden oluşma, kadınların güçlerini nerede sakladığını görmeye istekliliklerine dayanır.

İtalya, Milano'da yaşayan iki erkek çocuğu annesi bir kadın şu rüyayı gördü:

"Bu sabah kadınlarla ilgili bir rüya gördüm: 'Burada dünya üzerinde intikam senaryolarını yürüten bu öfkeli, kindar kadınlar vardı ve sonra tüm gezegen boyunca büyük bir kadın grubu oluştu. Mesaj şuydu ki tüm bu yüzyıllar boyunca kadınlar sevginin bekçileri olmuşlardı. Kadınlar sevgiyi bilir, kalplerinde sevgi vardır ve sevgiyi nasıl kullanacaklarını bilir. Böylece tüm bu kadınlar her yerde, doğada, dünyada, ağaçlarda, erkeklerin kalbinde, gökyüzünde, birbirlerinin kalplerindeki gizli yerlerde sevgiyi ortaya çıkarmaya ve salıvermeye başladılar ve tüm bu öfke bu kadınlardan koyu bir duman gibi çıkıyordu ve yeteneklerini hatırlıyorlardı.'"

Dünya açtır. Tarih boyunca verilmemiş bir şey için açlık çekmektedir. Dürüst bir şekilde gerçekten neye ihtiyacımız olduğunu ve bizden gerçekten ne istendiğini kabul etmek, her kadının kendisine kalmıştır. Bu şekilde dürüst olduğumuzda, tıpkı Dr. Sun'ın içgörülerinin ta başından beri hissettiğimiz şeyler kadınların eşsiz bir şekilde besleme için yaratıldıkları, hayatın bizim beslememize ihtiyacı olduğu ve bizi bizden başka kimsenin alıkoyamayacağı konusunda bize yeniden güven vermesi gibi, gücümüzü güvenle ve cesaretle yaşayabiliriz.

Bölüm III

Yerküre

"Arkadaş, bu beden büyük bir okyanustur,
Mücevherlerle dolu resifleri ve deniz mahzenlerini saklar.
Gizli odalarına gir ve kendi ışığını yak.
Beden içinde bahçeler, nadir orkideler, tavus kuşları, içsel müzik var.
Beden içinde bir göl; serin sularında beyaz kuğular keyif alıyor.
Ve, beden içinde, geniş bir pazar
Oraya git ve alışveriş yap, kendini harcayamayacağın bir kâr için sat.
Mira der ki; Tanrısının güzelliği paha biçilemez.
Sadece ayaklarının dibinde yaşamak ister."

Dr. Sun, 'Kadınların kalbi, gezegenimizin bilinç merkezi olan yerkürenin kalbiyle iletişimdedir.' der. Kaçımız kalplerimizin yerkürenin kalbiyle bağlantılı olduğunu anlar? ve bu bağlantı vasıtasıyla kadınların özel anlamı olan özel bir dilde yerküreyle konuştuklarını anlayabilir?

İnsanların kadınların yerküreyle bağlantısını tanımladığı birçok yol vardır. Dr. Sun'ın anlayışı, 9 yaşında Çin'de başladığı ve yaşam boyu sürdürdüğü Çigong uygulamasından ve 30 yıldan fazla süredir enerjilerle çalışması ve erkek ve kadınları iyileştirmesi deneyiminden gelir.

Dr. Sun'ın gözlemleri, yüzyıllar boyunca ifade edilen şeyleri yankılar. Gök tanrıları, ulu tanrılar, 'yukarıdaki' tanrılar sıklıkla erildir ve Yahudi Hristiyan geleneğinde (Cenneti yaratan Baba Tanrı) veya Lakota'da (Büyükbaba Gökyüzü) olduğu üzere erkek isimleriyle imgelenir. Oysaki toprak tanrıları, tanrıça olma eğilimindedir bereket, tabiat ve toprak tanrıçaları (Yunan Tanrıçası Gaia ve Lakota'da Büyükanne Toprak). İlk Sümer tanrıçası İnanna'dan Zulu Mbaba Mwana Waresa'ya kadar bin yıllık dönem boyunca uygarlıklar toprağın erkeğe göre dişi vücuda daha çok benzediğine işaret etmiştir.

Belki gezegenimizin dişil doğasını sezgisel anlayışımızı, ona 'Tabiat Ana' veya 'Toprak Ana' deme eğilimimizden daha açık hiçbir şey gösteremez. 'Madde' kelimesinin kökeni 'anne' kelimesinin kökeni ile aynıdır: '*Mater*'(Buradaki 'madde' kelimesinin İngilizcesi olan 'matter' kelimesi ile 'anne' kelimesinin İngilizcesi olan 'mother' kelimesi arasında bir bağ kurulmuştur).

Yerküre ve cinsiyet ile ilgili bu genellemeler mutlak değildir. Bazı erkekler toprak elementleriyle daha çok özdeşleşirken, bazı kadınlar göksel âlemlere yönelebilirler. Bununla birlikte kadınların toprakla bağlantısı ile ilgili birçok genellemenin kökeninde, fiziksel ve spiritüel bedenlerimizle ilişkili belirli gerçeklikler görürüz. Bedenlerimiz fiziksel dünyayla, erkeklerinkinin olmadığı bir şekilde uyumludur. Örnek olarak erkekler regl olmaz. Bir kadın için regl olma, evrenin diğer güçleri ile ilişkili özel döngüleri olan gezegenle inkâr edilemez bir uyumdur. Aylık olarak regl olduğumuz üzere, kadınlar ayla ilişkili olarak topraktır; diğer toprak elementleriyle, su gibi gelgitselizdir. Bir kadının bu uyumun ne kadar bilincinde olduğu ve bunda bir anlam görüp görmemesi, bunun gerçekliğini değiştirmez.

Benzer şekilde, her kadının bir anne veya evi yapan olmadığı doğru olduğu halde, kadınlar erkekler değil doğurabilir ve çocukları beslemek ve bakmak için tasarlanmış fiziksel ve ezoterik sistemlerle yaratılmışlardır. Biz sadece toprak gibi çocuklara bir yuva yaratırız; biz bedenlerimizde ve varlığımızda o yuvayızdır.

Toprak gibi sadece besin sunmayız; o besinin kendisi oluruz. Erkekler emziremez. Bu somutlaşmış gerçeğin fiziksel ilişkisinin derin spiritüel ve psikolojik boyutu vardır.

Kadınların bedenleri ve ezoterik sistemleri sağlam ve acımasız bir şekilde, erkeklerinkinden farklı olarak bizi bu fiziksel düzleme bağlar. Örnek olarak Dr. Sun'ın 'kadınların kanında erkeklerinkinden daha çok demir vardır ve yerkürenin merkezi demirdir' gibi gözlemleri, hem fiziksel hem spiritüel olarak tüm varlığımız aracılığıyla yankılanan kadınlarla fiziksel dünya arasındaki bir bağlantıyı yansıtır. Demir sadece bir mineral değildir, ruhumuzun gizli âlemlerini etkileyen kendi enerjisi ve maksadı olan bir mineraldir.

Zor olan iş, kadınların bedenlerinin dünyanın bedenini taklit eden, vurgulayan veya yakın ilişkiler kuran eşsiz özelliklerini onurlandırmak ve ne anlama geldiklerini merak etmektir. Tarih boyunca birçok kültür bunun olması için gereken dikkatle fiziki dünyaya bakamamışlardır bile. Ancak bazı spiritüel gelenekler Dr.Sun'ın Taoist geleneği de dâhil olmak üzere üstelik var olan spiritüel anlamını da açığa çıkaracak şekilde bedenin gizemine sahiptir.

Kadınların yerküreyle derin uyumu Dr. Sun'ın atıfta bulunduğu uyum tüm kadınlarda büyük gücün potansiyel kaynağıdır. Kadınların yerküreye yakınlığı bize, yerküreden gelen ve onun yarattığı tüm enerjilerle çalışmada eşsiz bir avantaj sağlar. Bitkilerin ve hayvanların spiritüel doğasıyla birlikte çalışan cadılar, karakteristik olarak kadındır. Kuzeydoğu Asya'daki Chuckee insanlarının bir atasözü olan 'kadınlar doğaları gereği şamandır.' Sözü, kadınların kullanabildiği toprağa dayanan gücü yansıtır ve Aleut yaşlılarından Larry Merculieff, topluluğunda 'Tüm şamanlar kadınlar tarafından eğitilmiştir.' der.

Kadınların güçlerini keşfetmeleri için, toprak olan dünyaya ve bedenlerine saygı duymaları gerekir. Yerkürenin güçleri bedenlerimizle kendini belli eder. Eğer kendi bedenlerimizin tüm yerkürenin mikrokozmosu olduğunu göremez ve anlayamazsak,

bu daha engin güçle bağlantımızı koparırız. Yerküreyle birlikte çalışmak için bedenlerimizle çalışırız ve bedenlerimizle çalışmak, yerküreyle çalışmakla aynıdır. Bu ayrılmazlık, bu inanılmaz derecede güzel olan birlik, burada bizimledir. O kadar yakındır ki, hücrelerimizde ve kanımızdadır.

Yerkürenin bu yaşayan, damarlarımızda akan gücü, bilgelikleri bize yerkürenin sihrine kadınların doğal yakınlığını hatırlatan 'Büyükanneler' denilen bir grup tarafından açıklanmıştır.

Kadınlar ve Anne'nin Soyu

Dorothy ile Mevcudiyet olarak adlandırdığı İlahi Anne arasındaki birkaç yıllık diyaloğu anlatan Tanrıçayla Sohbet: Petra'da, Gücün Yerinde Karşılaşma *(Conversations with the Goddess: Encounter at Petra, Place of Power)* kitabının yazarı Dorothy Atalla, 'Büyükanneler İlahi Anne'ye hizmet eder' diye açıklar. Bilgelik Kaynağı için yeni içgörüler toplaması istendiğinde, Dorothy meditasyon yoluyla kadınların gücü ile ilgili bilgi toplama yolculuğuna çıktı ve bu kitaba katkıda bulunmak isteyen Büyük-anneler tarafından kendisine cevap verildi.

Dorothy 'Büyükanneler'in niyeti, yin ve yang dengesini yeniden sağlayarak gezegene hizmet etmektir.' der. 'Dünya üzerindeki bu çok önemli değişim zamanlarında, onlarla iletişime geçen ilk kişinin ben olmadığıma ve son kişinin de ben olmayacağıma eminim.'

Büyükanneler'in katkısı, spiritüel gücün tamamen yeniden bir kavramsallaştırılmasını sunar, kadınların gücünü ve kadınların yerküreyle yakınlığını tamamen somutlaştırmayı vurgular. Tüm kadınları, 'Anne'nin soyunun temsilcileri' olarak tanımlarlar. Tüm kadınlar kadın olmanın doğası gereği ilahi kadına atalardan intikal eden direkt bağlantı taşırlar. Bize kim olduğumuzun ve mevcut olan gücümüzün yeni bir anlayışından bahsederler:

Biz Büyükanneleriz. Bu zamanda Kutsal Ana'ya ve gezegene, ulu yini, İlahi Kadın'ı geri getirmek üzere hizmet ediyoruz. Tüm dünyada soylardan, nesillerden ve atalardan bahsederek kadınların bilincine bazı tohumlar ekmek istiyoruz.

Birçok insan için soy, nesil ve atalar fikirleri çağdışı, seçkinci ve kısıtlayıcı görünmesine rağmen neden bu konuyu açtığımızı merak ediyorsunuz. Soy, nesil ve ataların kısıtlayıcı bir şekilde anlaşıldığına katılıyoruz ve bu anlayış şeklinin tam olarak bu şekilde olmaması gerektiğini göstermek istiyoruz.

Anne'nin soyu ile ilişkili kadınlardan bahsediyoruz, çünkü kadınlar kendilerini uzun bir süre babalarının soyu olarak düşündüler, bununla babalarının ait olduğu erkek soyunu kastediyoruz. Günümüzde bile kız çocuklar atalardan gelen mirasın bir tanımlaması olarak babalarının soy isimlerini alırlar. Bu eski soy fikrine meydan okumak istiyoruz, çünkü birçoğu babanın soyunda doğdu ve bunun ne dereceye kadar bilinçlerine hükmettiğini bile fark etmiyor.

Kadınların yin güçlerini keşfetmelerinin gerekli olduğunu vurguluyoruz, çünkü gezegende yang enerjilerinin aşırı gücüne karşı koymak ve tekrar dengelemek için öne çıkabilecekler sadece kadınlardır. Ancak kadınlar önce, farklı bir çeşit güç kabuğunu üzerlerine almadan önce, kendi içlerindeki yin gücünü keşfetmelidirler.

Vurguladığımız şey erkekleri dışlamak değildir, daha ziyade Anne'nin gücünün temsilcileri olarak Anne'nin soyuyla bağlantılarını vurguluyoruz. Şimdi, soya farklı bir açıdan bakarak erkeklerin güce sahip olmamaları gerektiğini veya olmayacaklarını ima ediyor muyuz? Hayır, bunu kastetmiyoruz. Özetle diyelim ki, bu dünyada erkekler farklı bir yeterlikte hizmet etmek için vardır. Dünya üzerinde yaşamın farklı bir yönünü, farklı bir enerjiyi bünyelerinde bulundururlar. Ancak tüm bu açıklamada odaklandığımız konu kadınların kendisidir, erkekler değil. Anneden gelen soy fikrine ve kadınların O'nun gücünün temsilcileri olduğuna odaklanıyoruz, çünkü kadınların tüm soy fikrini yeniden düşünmesini istiyoruz."

Büyükanneler'in kadınların gücünün doğası ile ilgili mesajı, kadınların hayatının sıradan ve en basit ve en somut yönlerine vurgu yaparak başlar. Kadınların doğurma yetenekleriyle başlar:

Öncelikle sizi, insan yaşamının bir gerçeğini, günlük yaşamınızın öyle bir parçası ki bu yüzden çok sıradan görünen bir gerçeğini düşünmeye davet ediyoruz: Bir annenin bedeni, doğmamış çocuğu için bir yuvadır: Nesli, kendi dolaşım sistemi, rahimdeki çocuğu kelime anlamıyla besler. Gezegen üzerindeki her insan rahimde, annesinin soyuyla kelime anlamıyla bağlı ve onlar tarafından desteklenmiştir.

Tüm dünya çapındaki kadınlardan bahsediyoruz. Kadınlar kendilerinin bir çocuğu doğurabilecek güce sahip olarak düşünebilirler, ancak kendilerini Anne soyuna bağlı olarak veya O'nun gücüne sahip olarak veya o gücün ne olduğunu anlamayı düşünmezler.

Büyükanneler'in bize söylediği üzere, Anne'nin soyunun gücü, kadının o kadar büyük bir parçasıdır ki, kendi kanımızda canlıdır. Gerçek 'kan bağı' üzerine bu vurgu, kalıtım ve soyun zaman boyunca meydana gelen tarihsel bir bağlantı olarak geleneksel ataerkil anlayışını zayıflatır ve dünya üzerindeki yaşam boyunca ve dünyayla birlikte tezahür eden Anne'nin gücünün mutlak ve gerçek mevcudiyetini ve kullanılabilirliğini vurgular.

Yüzyıllar boyunca nesillerin kalıtımın taşıyıcısı olduğuna inanıldı özellikle erkek bir ata soyundan gelen kalıtımın. Buna karşın bir annenin soyunun önemli olduğunu, çünkü kanının ruh taşıyıcısı olduğunu ileri süreriz. Ruh derken neyi kastediyoruz? Bunu ayrıntılı olarak açıklayacağız. Annenin kanının doğmamış çocuğa oksijen ve besinden daha çok şey taşıdığını görürsünüz. Kan, çocuğun ait olduğu Anne'nin soyunu taşır burada Anne ile herkesin başlangıçtan beri var olan annesine atıfta bulunuyoruz.

Ayrıca 'kan gücü' deyişini duymuşsunuzdur? Bu, kan yaşam veren besinleri taşıdığından dolayı, sadece bir metafordan daha öte bir benzetmedir. Bu, insanların doğal karşıladığı bir ger-

çek olmakla birlikte, annenin soyu olmadan kimse hayata başlayamaz.

Şimdi, annenin kanının taşıdığı bu yaşam veren besin nedir? Toprak ananın damarlarından gelir. Yerkürenin bedeninde akan yaşam gücü enerjisi, yerkürenin damarlarında taşınır. Yerkürenin dev gibi bir dolaşım sistemi olan bir enerji sistemi vardır ve tüm gezegeni besleyen besinleri sağlar. Yaşayan her şey, bu başlangıçtan beri var olan Anne'nin soyuna bağlıdır ve onsuz yaşayamaz.

Sizin gözünüzde kan 'fiziksel' bir maddedir. Ancak 'fiziksel' ve 'soyut' arasında, sizin gözlerinizin nasıl gördüğü ve beyninizin gözlerinizin gördüğünü nasıl yorumladığı dışında, aslında hiçbir ayrım yoktur. Gözlerinizin fiziksel bir madde olarak gördüğü kan, canlıların içinde akan görünmez yaşam gücünden ayrı değildir. Dolaşım sisteminiz ve içinde akan kan, basit bir şekilde enerji sisteminizin bir dış ifadesidir. Sizin parçanız olan bu görünür ve görünmez sistemler arasında fark yoktur.

Şimdi bir annenin kanının ruhu ve Anne'nin soyunu taşıdığını söylediğimiz zaman, annenin kan akışının toprak ananın yaşam gücü enerji akışıyla uyum içinde olduğunu kastederiz. Kan akışı ve toprağın yaşam gücü enerji akışı ayrı değildir.

Aynı zamanda bir annenin yerkürenin enerji akışını belirli bir şekilde bünyesinde barındırdığına da işaret ederiz, çünkü dişi insan toprağın yaratıcı gücünü, canlılara yaşam verme gücünü bünyesinde barındırır. Kadın kendi bedeninde, toprağın yaratıcı gücünün gizemli dişil doğasının aynısını yapar.

Büyükanneler yerkürenin gücüyle sadece uyum içinde olmayan, aynı zamanda bir olan 'kendi içindeki gücün' kadının doğal gücü olduğunu söyler. Bu, yaşamı yaratma ve devam ettirme gücüdür. O kadar temel bir güçtür ki neredeyse görünmez. Bununla birlikte bu temel güç olmadan tüm yaşam sona ererdi. Büyükanneler bu gücün dünya çapında tüm kız çocuklarında, oyuncak bebeklere ve annelik yapma oyunlarına olan ilgileri vasıtasıyla kendiliğinden ortaya çıktığını söyler.

Oyuncak bebekleri ile oynayan kız çocukları hakkında konuşmak istiyoruz. Bundan bahsetmek istiyoruz, çünkü günlük yaşamda meydana gelen olaylara bağlı kalmak istiyoruz. Tüm gezegende oyuncak bebeklere annelik yapan küçük kız çocukları, dişi olmanın sihrini meydana getiriyorlar.

Bir kızın 'bebek yapmaya' olan ilgisi, sihri gördüğü zaman onu tamamen kabul etmesinden ve o sihre sahip olmayı istemesinden gelir. Kendisini annesi gibi bir dişi olarak görür ve dolayısıyla istediği bir güç olan bebek sahibi olabileceğini görür.

Aşikâr olarak görünene işaret ediyoruz. Bunun nedeni, söylediğimiz şeylerin 'sıradan' hayatla ilişkili olarak anlaşılmasını, böylece Kadınsılığın gerçek boyutlarının günlük hayatta var olduğunun görülmesini istememizdendir. Tüm bunlardan atalar demekle neyi kastettiğimizle ilişkili olarak bahsetmek istiyoruz. Atalar derken ne tanrı veya tanrıçaya benzer varlıkları ne de bazı toplumlarda bilindiği ve saygı duyulduğu üzere atalara ilişkin ruhları kastediyoruz. Daha ziyade bir kız çocuğunun daha ilk yıllarında, kendisini annesinin doğurduğunun ve kendi annesinin de onu doğuran bir anneye sahip olduğunun ve bunun geçmişe doğru böyle gittiğinin farkında hale geldiğinde, ataların etkisinin nasıl işbaşında olduğunu kastediyoruz.

Burada bahsettiğimiz şey, tüm bunlarda kız çocuğunun farkına vardığı sihirdir, çünkü onun, yaşamı meydana getiren gücün atalardan gelen sihirli bir güç olduğuna dair içgörüsünü onurlandırmak istiyoruz. Çocuk bunun farkına vardıkça, dişil psişesi yaşamı doğurmaya ve beslemeye yönelik hareket eden dürtülerini, kendisinin bir parçası olarak gördüğü sihri, kendi doğal donanımını tamamlar.

Kız çocuğun başlangıçtan beri var olan Anne'den miras aldığı bir soydan bahsediyoruz. Başlangıçtan beri var olan Anne ile bağlantılı olarak soy, nesil ve dişi insanların ataları konusuna bağlı kaldığımıza dikkat edin, çünkü atalar derken kız çocuğunun kendi aile ağacının bir parçası olan 'sıradan' kadınları kastediyoruz. Büyükanneler kadınların Anne soyuyla bağlantıları çev-

resindeki farkındalık eksikliğini, insanlığın genel olarak beslenmemiş hissetmesiyle ilişkilendirirler, kendilerine göre bu kitapta vurgulanan iki önemli gücü toprağa bağlılık ve besleme birbirine bağlarlar.

Anne soyundan gelmenin birbirini izlemesi fikrini öne sürme niyetinde değiliz. Burada yapmak istediğimiz şey, soy, nesil, atalar ile ilgili eski fikirleri zorlamak ve onları yeniden çerçevelendirerek bu kavramlara farklı bir açıdan bakmaktır. Neden? Çünkü insanlar Anne soyuyla bağlantılarını koparmışlardır ve onu onurlandırmazlar, onun temsilcilerini de, Anne'nin yaratıcı gücünü içinde barındıran sıradan kadınları, etten ve kemikten kadınları da onurlandırmazlar.

Şu anda insanlık sakinleştirilme ihtiyacını çok hissetmektedir. İnsanlığın bir bebek gibi davrandığını kastetmiyoruz, daha ziyade insanların beslenmeye hasret olduklarını, çünkü toprak ana ile bağlantılarının koptuğunu kastediyoruz. Onların kopukluğu, onları besleyecek olan soyun, neslin ve ataların canlılığından onları mahrum bırakır.

Gördüğünüz üzere bizim vücut bulmayla ilgili bir problemimiz var insanlar Anne'den doğmuş olmalarına rağmen, annesiz hissediyorlar. Kaynakları ile bağlantıda olduklarına dair hisleri yok. Ancak dahası var. İnsan dünyasının veya uygarlığınızın tasarlandığı şekilde Toprak Ana'dan kelime anlamıyla bir ayrılma vardır. Birçok insanın aşırı tüketim, bir şeylere sahip olma ve insanlara ve doğaya hükmetme itibarıyla 'deli gibi davranmasının' nedeni budur. Bu davranışlar, insanlık anne evinde memnun bir şekilde kaldığında, anne eviyle bağlantısı dâhilinde, genel bir deyiş kullanırsak, 'insan doğasına uygun' değildir.

Neden insanların Anne soyu ile bağlantılarının koptuğunu söylüyoruz ve sonra bununla çelişkili olarak kadınların Anne soyunun temsilcileri olduğunu söylüyoruz? Hem kadınların hem erkeklerin Anne soyu ile bağlantılarının koptuğunu kastediyoruz. Bunu söylüyoruz, çünkü bu düşünce biçimlerinde yaşayanlar sadece erkekler değil, aynı zamanda kadınlardır ve bu düşün-

ce biçimleri başlangıçtan beri var olan Anne'den kopuklukta var olduğundan dolayı, hiçbir cinsiyete hizmet etmez. Bununla birlikte aynı zamanda kadınlar, onları Anne soyu ile bağlantılarını gerçekleştirmelerinden alıkoyan kültürel bir düşünce biçiminde var olurlar, onlar doğal olarak onun yin gücünü bünyelerinde barındırdıkları ölçüde o soydandırlar.

Büyükanneler kadınların gücünün bir çelişkisini kadınsılıktan çok yoksun görünen bu dünyada kadınlar hâlâ mutlak olarak ve tamamen Anne'ye bağlı olduklarını açıkça söyler. Bu yin gücünün bilincimiz vasıtasıyla tüm dünyada tezahür etmesini baltalayan daha çok bizim unutmamızdır. Kadınlar Anne ile ve yerküre ile birdir. Kadınların gücü, onu nasıl onurlandırdığımızdan ve yaşadığımızdan bağımsız olarak, Anne'nin gücü olan toprağın gücüdür. İhtiyaç duyulan şey kadınların güçlü hale gelmeleri değil, gücümüzün doğasının farkına varmamızdır.

Ezoterik Desteklemeler

Dr. Sun, Büyükanneler'in, kadınların dengesiz bir dünyada dengeyi yeniden sağlamak için ihtiyaç duyulduğuna dair iddialarını tekrarlar. Bir yang veya ataerkil dünyayı dengelemek için daha fazla yin enerjisine ihtiyaç, genel olarak dişil güce olan ihtiyaçtır, ama ayrıca güçlerini yaşayan daha fazla kadına olan ihtiyaçtır. Kolektif olarak yaşamın yin yönlerine saygı duymayı hepimiz öğrenebiliriz, ancak bir kadın yin için eşsiz bir şekilde bir vasıta haline gelir. Dr. Sun şu şekilde açıklar: *"Sağlıklı bir kadın bir yin makinesi gibi olur. Enerji sistemi sürekli olarak evrensel yin enerjisi yayar. Besler, arındırır, alır. Bu, sağlıklı bir kadının güzel zarif doğasıdır."*

Dr. Sun'ın sağlıklı bir kadına taktığı ad olan 'yin makinesinin' de tam olarak dengeli olduğunu fark etmek önemlidir. Kendi iç yin ve yang (eril ve dişil enerji) dengesi, bir yin enerjisi iletici olarak çalışmasına katkı sağlar. Bir 'yin makinesi' olmak den-

ge dışı bir durum değildir, aksine kadının asıl doğasını, kadın olduğu için dişil olan doğasını yaşamasına olanak sağlayan dengeli bir durumdur. Yang enerjisini keşfetmeden, geliştirmeden ve dâhil etmeden yin makinesi haline gelemez. Ancak bu denge kurulduğu zaman, bir kadın olarak yaşar.

Kadınların potansiyel 'yin makineleri' olduklarını anlamak, durumu değerlendirmek için önemlidir. Kadınların ve erkeklerin tekâmül ettikçe aslında daha çok birbirlerine benzediklerini ileri süren veya uman Batılı spiritüel değerlere karşı çıkar. Bu aynılığa yönelik yin ve yang enerjisine eşit erişim, eşit güç, katkıda bulunmak için eşit sorumluluklar ve yollara yönelik genellikle bilinçsiz önyargılar, tüm insanların aynı kaynaklara erişiminin olduğu konusunda ısrar eden Batılı spiritüel anlayışın bir parçasıdır. Spiritüel olarak bu mit, kadın ve erkeklerin eşit ölçüde eril ve dişil enerji ve güce sahip olduğuna dair varsayımlarımız altında Batılı kolektif zihnimizde canlıdır.

Bir kadın daha çok dişil enerjiye sahip olduğunu ileri sürdüğünde bir erkek korkuyla çekilir, aynı şekilde eğer bir erkek daha fazla eril güce sahip olduğunu ileri sürerse bir kadının itiraz etmesi gibi. Hepimizin temel umudu, kaynaklara eşit erişimdir fiziksel ve spiritüel olarak.

Ancak bu direncin altında düşünülmesi gereken bir şey vardır. Kadınların erkeklere göre farklı fiziksel deneyimlere erişimleri vardır. Neden spiritüel olarak olmasın? Dr. Sun'ın Taoizm'inde kadınların ve erkeklerin yaratıcılıkları, fizikselin yanı sıra spiritüel seviyelerde de çalışır. Dolayısıyla bir kadın, bir erkeğinkinden farklı olarak enerjilere ve güçlere erişir ve onları bünyesinde toplar ve bu güçlerin birçoğu, dünyada kadınlar için kendiliğinden kullanılabilir ve uyumlu haldedir.

Büyükanneler gibi, Dr. Sun da kadınların yerküreyle bağlantısını, kendi doğalarının, onlarca yıldır süren spiritüel uygulamalar ve şifa çalışmalarının bir sonucu olarak kendisine görünür hale gelen doğalarının bir parçası olarak görür. Dr. Sun bu bağlantıyı çeşitli bakış açılarına göre açık bir şekilde ifade eder:

"Rahmi ve göğüsleri düşünün. Bu, rahim yoluyla alma ve göğüsler yoluyla vermenin tam bir sistemidir. Bu yerküreye çok benzer yerkürenin okyanusları ve dağları gibidir. Okyanuslar mükemmel arındırıcılardır. Okyanusa ne gelirse temizlenir (elbette şimdi dengeden çıkıyoruz ve bu durum çok uzun süre geçerli olmayabilir). Yerkürenin dağları volkanlar ama aynı zamanda sıradan dağlar muazzam enerjiler yayar. Bu sistem de kadınların sistemidir. Rahim insanın içine enerji alır, bu enerji arındırılır ve göğüsler enerjiyi iletir. Bu çok güzeldir.

Ayrıca kadınların ayaklarının topraktan enerjiyi nasıl çektiklerini görüyorum. Enerji topraktan bir kadına ayakları vasıtasıyla ilerler ve tekrar toprağa döner. Erkekler için genellikle enerji yukarıdan girer ve baş bölgesinde kalır. Erkekler gökyüzü gibi elektriklidir. Enerji sistemleri daha elektrikseldir düşünceleri, elektriğin düz bir çizgide ilerlemesi gibi daha doğrusal ilerler. Erkeklerin enerji alanları genellikle bunu yansıtır. Düşünce hatları baş bölgesinden doğar. Beyin bir erkeğin beyninin çalışma şekli bu hatları oluşturur. Alan düzenlidir ve başın ön kısmındadır.

Kadınlar için manyetik alanları genellikle daha az doğrusaldır. Alan, göğüs bölgesinde veya bazen başın arka kısmında yoğunlaşmıştır. Manyetize olmuştur ve kalbin manyetizması ile, yerkürenin manyetizması ile birlikte çalışır. Alanı rüyalar gibidir. Doğrusal değildir. Çok gelişmiş mantıklı yönleri de olan bazı kadınlar da mesela Hilary Clinton gibi çok yang (Eril) enerjisine sahiptirler ve başları çevresinde net düzenli çizgiler vardır. Ama yine de hâlâ daha çok manyetik yönleri vardır. Örneğin; bazı erkek sanatçıların daha çok akışkan alanı olacaktır. Ancak genel olarak, kadınların daha az doğrusal bilinci ve daha çok akışkan doğrusal olmayan manyetik alanı vardır."

Dr. Sun kadınların kadınsı doğalarını görmezden gelebileceklerini, zayıflatabileceklerini, hatta geriletebileceklerini kavrar. Ancak kadınlar kendilerine döndükçe, doğal olana izin verip ona saygı duydukça, yin gücü döner. Bu yin doğası her zaman, hem dışlarındaki hem içlerindeki yerküreyle bağlantıyı ve yerküre farkındalığını içerir. Şu şekilde devam eder:

"Kadınlarla çalıştığım zaman, organlarında ne olduğunu ne kadar kolay hissedebildiklerini görürüm. Çigong'da biz organlara çok dikkat ederiz. Beden ruhun yuvasıdır ve ruh, çeşitli organlardadır. Aynı zamanda organlar topraktır. Organların nasıl olduğunu bilmek, onları iyileştirmek ve denge getirmek için onları hissederiz. Bunun kadınlar için ne kadar kolay olduğunu görürüm. Organlarını çabucak hissederler, çünkü toprağa bedenlerine uyumludurlar. Çigong'da erkekler bedendeki boşluklara enerjilere veya çakralara kolaylıkla uyum sağlarlar. Genellikle organlarını hissetmezler veya organların onlara ne söylediğini duymazlar. Erkekler için toprakla uyumlu hale gelmek daha çok çalışma gerektirir."

Deneyimli şifacı ve enerji çalışmacısından basit gözlemler, Büyükanneler'in söylediğini temellendirir ve birçoğumuzun içgüdüsel olarak hissettiğini, kadınların bilincinin erkeklerin' kinden farklı çalıştığını ve başlıca farklılıklarından birinin iletişim kurma ve toprağa yakınlığı bilinçli olarak bilme şekli olduğunu tekrarlar. Sağlıklı bir gelecek için ataerkil bir dünyayı dengeye getirmenin ortak zorluğu, güçlenmiş kadınlar olmaksızın başarılamaz. 'Yin makineleri' olarak kadınlar evrensel yini güçlendirirler ve bu dünyada evrensel yin için şekillenmiş bir vasıta sunarlar.

Diğer bir ifadeyle, evrensel dengeleme sürecinin bir parçası olarak kadınların yerküreyle bağlantımızı onurlandırmak ve yaşamak için belirli bir sorumluluğu vardır. Erkeklerin kendi yöntemleri ve sorumlulukları olacaktır, ama kadınlar potansiyel yin makineleri olarak, yin enerjisinin yükselmesinde eşsiz bir rol oynayacaklardır.

Birçok güçle olduğu üzere, önemli bir görev başka açılardan enerji ve zekânın doğal değiş tokuşunu engelleyen belirsiz yanılgıları ve davranışsal alışkanlıkları elemektir.

Gölgedeki Dünya

Ataerkil bir dünyada, yerküre cennetlerin gölgesinde kalır. Bunu, insanların amacına hizmet etmek için istifade etmekten kaçınmadığımız ölümden sonra cennete dair kolektif dini odaktan ve ona tekabül eden dünyanın aşağılanmasından, devletimizin sağlık bakımı, kamu eğitimi veya sağlıklı gıda endüstrisi gibi temel ihtiyaçlardan ziyade uzaktaki savaşlar için bütçe ayırmasına kadar tüm çevremizde görürüz. Eter vasıtasıyla bizim sürekli olarak genişlememize ve bağlantıları arttırmamıza olanak sağlayan teknolojideki gelişmeler bile, genellikle gerçekten derin ve somutlaşmış ilişkileri kurnazca caydırmak için çalışır.

Cennete değer veren ve ayrılmayı teşvik eden bir dünyada, yerküreyle bağlantı kadınları geri planda tutar. Dünyevi bağlamda bu devamlı bilinçli ve bilinçsiz değersizleştirme, yerkürenin kaynaklarının istismar edilmesinin bir alt kategorisi olarak kadınların bedenlerinin istismar edilmesini desteklemiştir.

Dünyevi olan her şeyin nesneleştirilmesi, kadınların nesneleştirilmesine ve cinselleştirilmesine, kullanılmalarına ve istismar edilmelerine katkıda bulunur. Kadınların bu tavırları içselleştirmesi sürekli olarak bizi kendi sağlık ve dengemizle ve en derin bilgeliğimizle çelişkiye sokar. Günlük olarak bedenlerimizle ve bünyemizde bulunan bilgeliğimizle savaş halindeyiz, nadiren gerçek güzelliğimizi ve gücümüzü deneyimliyoruz ve sıklıkla ataerkil ölçülerde ne kadar yetersiz olduğumuzu deneyimliyoruz. İlginç bir şekilde, sanki kendimizi oluşturan öz, asıl sorun yaratan şeymiş gibi, daha az bedene sahip olmaya daha hafif ve zayıf olmaya çabalıyoruz.

Batı tıbbı kadınların bedeninin özel dikkate değer olduğunu kabul etmede yavaş davranmıştır. Çok yakın zamana kadar bizim standart medikal uygulamalarımız esasen erkekler tarafından erkek bedeni üzerinde yapılan araştırmalara dayanıyor, kadınların bedeninin kendilerine özgü sistemleri olduğunu ve kadın sağlığının farklı yaklaşımlar gerektirebileceğini görmezlikten

geliyordu. Neyse ki bu durum şimdi, kadın sağlığı alanı büyümeye devam ederken değişmeye başladı. Ancak bir Batı kültürü olarak hâlâ kadınların bilgeliği için çok az yerimiz mevcut ve onu onurlandırmak için çok az yolumuz var. Bu unutmada kaybolan güç ve enerjiyi, sürekli olarak inkâr edilen, yoldan çıkarılan veya yeniden yönlendirilen potansiyelleri tahmin edemeyiz. Derin bir kolektif inkârla eş anlama gelen bu kabul etme eksikliğinin etkisi, bedenlerimizle olan ilişkimizin ötesine uzanır; beden ve ruhu, madde ve ruhu birbirine bağlayan enerjik sistemlerin derinliklerine işler. Tüm yaşam bir yuva olan yerküreye dayandığından, yaşamdaki her şeyi etkiler.

Ne yazık ki, ataerkil bir dünyada kadınlar güçlü ve önemli druma geldikçe, biz de genellikle kendi temelimizi kaybederiz. Bilincimizle doğal olan arasındaki mesafeyi giderek arttırırız; bireysel bilincimizle gezegensel hayatın gizemindeki somutlaşmış yeri arasındaki göbek bağını keseriz. Bu yükselme ve karşıt temalar alçalma ve bağlanma arzusu Cape Town'dan bir annenin rüyasında apaçık ortadadır:

"Sığ suyla kum tepeleri arasındaki dar bir yolda araba kulanıyorum. Bakir bir kumsala ulaşıyorum burada kumun bittiği ve okyanusun başladığı yer belli değil. Hayvanları bulmaya gemlişim. Arabadan dışarı çıkıyorum ve kum tepelerinin üstüne yüzüstü yatıyorum. Etrafta vahşi hayvanlar var. Bizim varlığımızı hissediyorlar ve hemen yerden denize karşı bir balkona yükseliyorlar. Garip boş bir bina gibi olduğunu hissediyorrum sanki bir dış görünüş gibi. İki ayı bize uzaktan el sallıyor. Bizimle hiçbir şey yapmak istemiyorlar. Sonra büyük bir platformu tutan geniş bir çelik direğin yanında, kumların üzerinde ayakta dikiliyorum. Hayvanların oldu-ğu yerden yanıma doğru bir yaratık geliyor. Bu yaratık gerçekten bir hayvan değil bir çeşit bir varlık. Ama insan değil. Bana yaklaştıkça platforma tırmanmaya çalışıyorum, ama yapamıyorum. Varlık bana eğer hayvanlarla iletişim kurmak istiyorsam platformun gitmesi gerektiğini ve benim tamamen çıplak olmam gerektiğini söylüyor. Kumların üzerinde bir bavul görüyorum ve tüm kıyafetlerimi içine koymam gerektiğini anlıyorum."

Bu rüyada hayvanlar kadının görmeyi ve bağlantı kurmayı umduğu içgüdüsel toprak enerjisi onunla hiçbir şey yapmak istemiyor. Onlara doğru adım attığında, onlar aniden garip bir binanın balkonundalar. Onların çekilmesi muhtemelen kadının bu 'hayvanlar' ve sundukları ile ilgili, onun gerçekten istediği ayakları yere basan gerçeklikten onu uzaklaştırmakla sonuçlanan düşünceler veya kavramlar yarattığını gösteriyor. Uzun bir süredir bizden uzak olan bir şeyle bağlantı kurmaya çalıştığımızda veya onu aradığımızda, bunu yapmak son derece kolaydır. Yaşayan bir gerçeklik yerine fikirlerle ve beklentilerle ilişki kurarız.

Rüya görenin çelik bir platforma yakınlığı, hayvanlarla birlikte toprakta olmaya ve topraklanmaya karşı direndiğinin başka bir göstergesidir. Ancak ne tam olarak insan ne de hayvan olan bir yaratık tarafından önemli bir rehberlik alıyor. Hepimizin içinde insan ve hayvanın bağlantı kurduğu bir yer hayvan içgüdüsü ile eşsiz insan bilincinin birlikte çalıştığı bir yer vardır. Kendisinin bu parçasından kendi çıplaklığı, alçakgönüllülüğü ve belki kıyafetsiz ve gizlenmemiş kendi bedeni ile ilgili rehberlik alıyor sonunda kendisi tarafından fark ediliyor. Şöyle açıklıyor:

"Eğer içgüdüsel bilgeliğim ve yerküreyle bir ilişki kurmak istiyorsam, beni yükselten ve yukarı çeken kendi içimde sert, soğuk ve doğal olmayan bir şeyi çıkarmam gerekiyor bunun 'yüksek' eğitim vasıtasıyla içimde aşırı gelişen erkeksi zihinle bir ilişkisi olduğunu hissediyorum. Tamamıyla alçakgönüllü ve korunmasız olmalıyım, tüm kendimi koruma ve şartlanmalarımı bırakmalıyım..."

Bu rüya denizle kıyının buluştuğu garip bir yerde, güçlü bir bağlantı yerinde geçiyor, belki kadın bilincinde bu karanlık âlemden içeri ve dışarı enerjileri ve deneyimleri yönlendirmek için yeterince uyanık ve topraklanmış kalırken, içgüdüsel gücün tüm özümseyici karanlığının farkında olabildiği bir yeri temsil ediyor.

Doğa ile ilişkisini geliştirerek veya kendi bedenindeki güç vasıtasıyla yerküreyle bağlantısını ortaya çıkarmış ve bu yakınlığına saygı duyan bir kadın, sonsuz bir gizem ve potansiyel bilgeliğini taşır. Bir ayağı o okyanusun içinde, diğeri sıradan hayatının

sağlam toprağı üzerinde, yaşam boyunca ilerler. Bu sadece bir fikir değil, yaşam biçimidir. Ancak birçoğumuz için rüya görende olduğu gibi, bu şekilde yaşamak uzak bir ihtimaldir. Bu rüyanın üç yönü, hatırlama ve yeniden bağlantı kurmada çok önemlidir. Hayvanlarla birlikte olma özlemi, neye ihtiyacımız olduğunu bilen bir kılavuzun varlığı ve alçakgönüllülük için çağrı ki bu alçak gönüllülüğün kökü yer veya toprak anlamına gelen humus kelimesidir (Yazar burada alçakgönüllülüğün İngilizcesi olan humility kelimesinin köküne atıfta bulunuyor).

Her kadının yerküreyle yeniden bağlantısı ve kendi doğası, kötülenmiş veya unutulmuş olanı yeniden kazanmak için eşsiz bir ders alacaktır. Bu gücün bilinçsiz olarak nasıl yaşandığını görmeye yardımcı olabilir, böylece ne kadar uzak görünürse görünsün, ne kadar yakın olduğunu biliriz. Konu toprağın gücüne geldiğinde, hırs ve umarsızlıkla bizi bilinçsiz olarak dünyaya zincirleyen dünyaya egemen olan materyalizmin muazzam derecedeki etkilerini görebiliriz.

Dünya bilhassa Batı uygarlığı geniş ölçüde, bizim dünyaya egemen olmamız ve kaynaklarını tüketmemiz için bizi çeken madde tarafından etkilenmiştir. Ancak kadınlar materyalizmi farklı bir kölelik şeklinde, maddeye karşı kaçınılmaz bir yakınlık yoluyla umutlarımızın ve hayallerimizin bizi birbirimize bağladığı belirli bir şekilde yaşarlar. Ataerkillik hüküm sürerken ve ayrı bir dünyaya, kutsallığı reddedilen ve inkâr edilen bir dünyaya indirgerken, kadınlar garip bir şekilde maddi dünyayı sevgiyle ve arzuyla, nesnelere yansıttığımız canlılıkla doldurur ve sonra onları satın alma yoluyla tekrar iadesini ister. Başka bir deyişle, bu kültürdeki birçok erkek yerküreyi bir kenara itebilir ve unutabilirken kadınlar devamlı olarak hatırlamaya çalışmanın yollarını yeniden yaratırlar.

Yerkürenin kendisiyle sevgi ilişkimizi aynalayan materyalizmle bir yakınlıktır. Bir çift ayakkabıya âşık oluruz ve özsaygımızı fiziksel görünüme kolaylıkla sokarız. Maddi ürünlere bu özel yansıtma biçimi, bozulmuş bir sihir gibidir, toprak enerjisini

şifa ve gelişme hizmetinde özgürleştirmek yerine sürekli eksiklik kalıplarıyla bizi ona bağlar. Bu dinamiklerde arzunun gölgeli tarafının depresyon gibi hissedilebilen bir boşluk yerküreyle bağlantımızın gölgeli yanıyla nasıl döndüğünü, kendi kişisel bedenlerimizin ölçülerini ve kilosunu azaltmaya çabalarken, açlığımızı ve boşluk hissimizi arttırırken aynı zamanda sanki yemek ve almak kırılganlıklarımızı ve büyük ihtiyaçlarımızı azaltmaya yardımcı olacakmış gibi, yerküreden daha fazlasını isteme ihtiyacına zorladığını kolaylıkla görürüz.

Ataerkillik ve ona dâhil olan kadınlar ve erkekler, ayrı olma özelliğini ve somutlaştırılabilir 'ölülüğünü' vurgulayan dünyanın hâkimiyetini teşvik eder. Ancak gölgeleri vasıtasıyla bile kadınlar dünyayı ruhla doldurur. Tüm psişik enerjilerimizin yerküreyle direkt bağlantısı vardır. Kadınlar her zaman sihir yapan olmuştur. Erkeklerin genel olarak daha az doğal bulduğu şekillerde, bedenin ve yerkürenin bedeninin büyüsüyle birlikte çalışırız. Bir çift ayakkabıya veya yeni bir eve sevgimizi ve güvensizliklerimizi yansıttığımızda bile, yeryüzünü giderek daha çok yaklaştırma eğiliminde oluruz.

Materyalizmimizin, onu daha sağlıklı bir hale dönüştürmemiz için kabul etmemiz gereken kendi yakınlık biçimi vardır. Eğer yerküreye özen gösterirsek, hatta onu iyileştirmeyi ve yenilemeyi düşünürsek, kendi gölgemizin yerkürenin enerjisiyle ilişkisinin bilinçli anlayışı çok önemlidir.

Materyalizmimize bizi mecbur bırakan bu yakınlığı hiçbir zaman kaybetmeyeceğiz, ancak onu sinir bozukluğumuzdan kurtarmalı ve maddeyi kışkırtmak için değil, canlandırmak için kullanmalıyız. Burası yerküreyle bağlantımızın yaşamın kutsallığına dair görüşümüzle oluşan güçlenmeye çaresizce ihtiyaç duyduğu yerdir. Arzumuza ve dünya üzerindeki yaşamın canlı olduğuna dair farkındalıkla çalışma ihtiyacımıza izin verdiğimizde, kadınlar gerçekten hünerlerini gösterebilirler, hürmet, hayranlık, gerçek arzu ve sevgi vasıtasıyla yerküreyi daha yakın hale getirebilirler.

Yerkürenin ve kendi metanetimizin canlandırılması bizi diğer bir gölge dinamiğinden ataletten kadınları sabit ve hareketsiz tutan bir ağırlık ve bazen karışıklık hissinden özgürleştirecektir. Atalet bizim yeryüzüne yakınlığımızı yansıtan diğer bir güçsüzlük biçimidir. Cennete işaret eden bir dünyada, dünyaya bağlı olmanın yasına ve depresyonuna örtülü bir ifade katan fiziksel, duygusal ve zihinsel durgunluğun gizemli ve genellikle kuvvetten düşüren bir bileşimidir.

Atalet, kurban olma hissini vurgulayabilir. Daha fazlasını yapabileceğimizi veya değişiklik yapabileceğimizi hissedebiliriz, ancak nasıl daha ileri gidebileceğimiz konusunda yönümüzü kaybetmişizdir. Kendi güçsüzlüğümüzü can sıkıcı, moral bozucu, ağır olarak hissedebiliriz ve bir adım atamayız.

Atalet bilhassa kadınlarda, özellikle içgüdüsel güçleri fazla olan kadınlarda bulunan enerjik bir durgunluktur. Akademik olarak yüksek eğitim görmüş veya çok iyi gelişmiş zekâları ve kişisel irade güçleri olan kadınlar genellikle, yeryüzüne ve maddeye yakın olan parçalarımızda gömülü olan ve zekâ veya ruh elementleri öncü olduğunda daha az hâkim olan atalete yatkın değildirler. Eyleme ve başarıya çok fazla odaklı olan bir dünyada atalet, utanç ve suçluluk duygusunu teşvik eden bir manevi başarısızlık hissini taşır.

Materyalizm ve atalet aynı yüce annenin iki farklı yüzü veya ouroboros (kendi kuyruğunu yiyen bir yılan olarak tasvir edilen), her şeyin birbirine geçmiş ve farklılaşmamış olduğu yaşamın ilk seviyesidir. Bu boyutta hiçbir büyüme veya ilerleme görmeyiz; daha çok sadece tüketmek ve özümsemek için yeni yaşam yaratmaya devam eden, ancak yeni olan hiçbir şeyi doğurmayan doğurgan bir rahim gibi yaşam döner durur.

Birçoğumuz yeni bir alana ilerlemeye çalışma, ancak kendimizi tekrar tekrar aynı zeminde bulma hissini bilir. Bu, ilerleme veya gelişme için herhangi bir umudun, hiçbir yerde olduğumuzun ve hiçbir şey kazanamadığımızın gerçekliğinde erimesinden dolayı, şiddetli bir biçimde rahatsız edici ve korkutucu olabilir.

İngiltere'de Sufi yolunda ilerleyen bir kadın, öğretmeniyle tanıştığında gördüğü ataletle ilgili bir rüyasını hatırlar:

"Bir çayırın köşesinde hareketsiz olarak duran güzel bir altın Palomino atını gördüm. Her yönden onu kuşatan çok sayıda büyük siyah sümüklüböcek vardı. Şok edici bir görüntüydü."

Atalet ouroboros yılanının kendi kuyruğunu yemesi veya anne örümceğin eşini veya yavrusunu yemesi gibi, yaşam enerjisiyle çelişkide olan bir yaşam enerjisidir. Rüyadaki sümüklüböcekler de yaşamın, yeryüzünün bir parçasıdır, ancak atı özgürce dolaşmaktan alıkoyarlar. Ait olmadıkları yerden sümüklüböcekleri nasıl uzaklaştırırız ve atın gücünü serbest bırakırız?

Ataletten kurtulmak için illa bir şeyler yapmamıza gerek olmadığını hatırlamak önemli olabilir. 'Yapmak' kulağa kolay gelir, ama bu basit, genel olarak eril eğilim sıklıkla atalet yoluyla bizi köleleştiren yeryüzünün enerjisinin derinliklerine karşı ufak bir güce sahiptir. Yeryüzüne bağlılıktan özgürleşmek için gerekli olan, ataerkil önyargılardan özgürleşmektir. Aksine, görev genellikle bu ağır ve hareketsiz ve zaman ve verimlilik standartlarımıza uygun olmadığını hissettiğimiz bu içsel yerin farkında olma çevresinde merkezlenir ve korku duymak yerine, onu merak etmek gerekir. Bu farkındalığın bir kısmı, ataleti yaşamın derin, hareketsiz ve geniş ölçüde bilinçsiz boyutuna daha yakın olarak görmektir.

Yukarıdaki rüya gören kişi, spiritüel öğretmeninin ataletten kurtulmak için onun disipline başvurmasını veya yeni projeler başlatmasını önermediğini hatırlıyor. Bunun yerine, kendi içinde bu hareketsizliği nerede hissettiğini araştırması isteniyor. Çok sıklıkla ataerkil kültürde kadınlar dönüşüm için geleneksel olarak eril araçlara uzanırlar ve atalet durumunda da olan budur. 'İlerlememiz' veya değişime zorlamamız gerektiğini düşünürüz. Ancak disiplin veya irade gücünün atalete karşı çok az etkisi vardır ve hatta gerçek dönüşümü engeller. Bilakis şöyle sorabiliriz: Yeryüzüne bu yakınlıkta hâlihazırda mevcut olan, dışarıdan ge-

tirmek yerine içeriden dışarıya kullanılabilecek olan, içimizdeki derinliklerden enerjileri serbest bırakmanın bir yolu var mıdır? ve hâlihazırda mevcut olan enerjiler nelerdir? Bu kitapta anlatılan birçok güç var; burada konuyla en fazla ilgili olan arzumuzdur. Ataletle mücadele ettiğimizde yaşama katkı sağlama, kendimiz gibi yaşama ve güçlenme arzumuz, değişim ve gerçekleşme için muazzam bir enerji kaynağıdır. Aynı şekilde hizmet etme arzumuz da bu şekildedir. Eğer yaşama hizmet etme arzumuza saygı duyarsak, o zaman değişimi sağlamak için disiplinin sertliğini kullanmamız daha az muhtemeldir. Bunun yerine bizimle birlikte olan enerjilerle çalışırız ve bize kılavuzluk edebilecek enerjileri ararız.

Bunlar, içinde yeryüzünün kendisinin değişim için muazzam enerjilere sahip olduğu yeni bir dünya görüşüne ilerlemeye başladığımızda, dikkatimizin büyük yankıları olan ufak değişimleridir ve kadınların yeryüzüne yakınlığı, bize bu enerjilere eşsiz bir erişim sunar.

Yeryüzünün Onarımı

Hem Dr. Sun hem Büyükanneler, kadınların kendilerine özgü bir şekilde yeryüzünün enerjilerine uyumlu olduklarını vurgular. Evrensel yang tarafından hükmedilen bir dünyada, yaşamı dengeye getirecek olan yinin somutlaşmış hali, kadınlardır. Bu çalışmanın bir kısmı, gücümüz eşsiz bir biçimde yeryüzünün gücü ile bağlantılı olduğundan dolayı, gücümüzü yaşadıkça kendiliğinden meydana gelecek olan yeryüzünün onarılmasını da içerir. Kendi spiritüel doğamızı yaşadıkça, yeryüzünün spiritüel doğasını da anlamaya ve saygı duymaya başlarız, bunun tam tersi de geçerlidir. Giriş noktası iki yönlüdür ve etkileri her iki yönde ilerler. Kadınların kendi güçlerini anlama arzuları gibi, yeryüzü kendi gücünü kabul etmesi için insanlığa çağrı yapar gibi görünür.

Kadınların yeryüzüyle bağlantısı, onun spiritüel olarak yenilenmesinde ve onarılmasında kadınlara daha büyük sorumluluk verir. Bu ihtimali düşündüğümüzde, çok şey 'yapmamamız' gerektiğini hatırlamak önemlidir. Yeryüzünün gücü yaşam gücündedir, varlığındadır. Bir çiçek büyümeye çabalamaz. Yaşam yaratma gücü bir çaba değildir. Kadınlar için de, gücümüz kim olduğumuzda derin bir biçimde gizlidir. En derin seviyede kim olduğumuza, nasıl hissettiğimize, bizi neyin harekete geçirdiğine ve neyin geri çevirdiğine karşı daha bilinçli ve saygılı hale gelmek, yapabileceğimiz herhangi bir şey kadar önemlidir.

Yeryüzüyle birlikte ve yeryüzünün içinde yaşamanın bu niteliği ve deneyimi, farkındalığımızda daha çok ortaya çıkıyor. Kadınlar, hepimize farklı şekillerde gelen bu çağrıyı daha çok duyuyor. Almanya'dan bir kadın şu rüyayı görmüş:

"Çok güzel toprağı olan bir çöl gördüm. Duygularla karışık olduğundan dolayı kelimelere dökmek çok zor, ancak bu toprak açık kahverengi, ılık ve alıcı idi. Üzerinde yürüyen iki kadın ayağı gördüm. Ayaklar kibar, genç ve güzeldi ve sol ayakta altın bir bilezik vardı. Her yerde ısıtan bir güneş ışığı vardı ve gördüm ki ışığın Tanrısı çok uzun zaman önce aşağı inmiş, yeryüzüne nüfuz etmiş ve sonra insanlar O'nu yeryüzünde yürürken hatırlayabilsinler diye ışığı geri yansıtmıştı. Kadınlar bu anının sırrını bilenlerdi. Dönmeyi beklediğini biliyordum, ama henüz zamanı gel-memişti. Dünyada henüz yer yoktu."

Yeryüzü ile ilişkili ilahi bilincin sihir ve gizemin dönmesi için yer hazırlamada bireysel kadınlarda ve genel toplulukta yapılması gereken öncelikli bir çalışma vardır. Bu geleneksel anlamda bir 'çalışma' değildir, ama anda kalmak için zaman sağlayan bir bilinç değişimidir. Yaratıcı boşluğun gücüyle ilgili bir sonraki bölümde daha çok şey öğreneceğiz, ancak bu alanın başımızda olmadığını bilmek yararlı olabilir; bedenlerimizde ve aynı zamanda yaşamın bedeninde olan bir yerdir ve ilahi olan için bir yuva olarak farkındalığımız vasıtasıyla ve kendi bedenlerimizin kutsallığının farkındalığıyla yaratılacaktır.

Kadınların ezoterik fizyolojisi bu gezegende bize birçoğumuzun kullanmayı unuttuğu eşsiz bir sorumluluk yükler. Psikolojik gölge dinamiklerimizden enerjimizi çektikçe ve kendi güçsüzlüğümüze bizi ikna etmesi için ataerkilliğe nasıl izin verdiğimize dair sorumluluk aldıkça, yeryüzünün spiritüel sağlığını sürdürmekle ilgili olan en içgüdüsel sorumluluklarımızı yeniden geri kazanabiliriz. Kadınlar yeryüzünün öyle bir parçasıdırlar ki, her zaman sağlığı için sorumluluk almışlardır ve aynı zamanda spiritüel sağlığı için potansiyele sahip olmuşuzdur.

Nakşibendî tarikatından Bhai Sahib (daha büyük erkek kardeş) olarak bilinen Sufi Aziz Radha Mohan Lal, bir keresinde bu bağlantının gücünü açıkladı: 'Eğer kadınlar yaşlansaydı, tüm kâinat parçalanırdı.

Bu parçalanmayı tüm çevremizde görürüz. Kadınlar yaşlandığından dolayı değil, yeryüzüne yakınlıklarını unuttuklarından dolayı görürüz. Dünyaya ve bu gezegendeki tüm yaşama ne kadar bağlı olduğumuzun farkında değiliz ve bu bilinçsizlik yeryüzünün, hepsi bir kadının enerji sistemi yoluyla akarak direkt olarak kâinata harcanan bir beslenme, enerji, bilinç, sevginin ana kaynağı olduğunu inkâr eder. Gezegene karşı büyük saygısızlığa ataerkil sistemin sistematik olarak dünyaya tecavüz etmesi ve kaynaklarını yok etmesi neden olmuş gibi görünür ve kuşkusuz bu doğrudur, ancak belki kadınların kendi güçlerini ve onun dünyanın yaşayan sistemlerini nasıl iyileştirdiğini ve muhafaza ettiğini unutmaları daha büyük bir yıkım gücüdür.

Günümüzde, böyle büyük dengesizlikler zamanında, önemli bir çalışma yerkürenin spiritüel sağlığını iyileştirmeyi ve verildiği üzere yeni spiritüel enerjiyi kabul etmeyi ve topraklamayı içerir. Bu neden kadınların işidir? Elbette bu tüm insanlığın işidir. Ancak kadınların yeryüzüne yakınlığı, şimdi karşılık vermesi için bize bir şans ve fırsat sunar. Bu çalışma için bedene ve psişeye sahibiz. Dr. Sun şöyle demiştir:

Kadınlar ne kadar kolay ve kendiliğinden toprağa bağlanıyorlar ve toprağın ruhunu tanıyıp, onu besleyip, ona sevgilerini

verebiliyorlar ve kadınların hayvanlarla özel bir bağlantıları var Bu, hayvanların ruhlarıyla çalışmayı çok daha kolay hale getiriyor. Kadın bunun için doğru bedene sahiptir. Dünyada ruha kanallık yapabilir spiritüel olanı getirebilir ve doğum yapabilir. Kadınlar bunu erkeklerden çok daha iyi yapar. Erkekler için bu o kadar doğal bir şekilde olmaz; çok daha fazla eğitim ve çaba gerektirir. Eğer bir kadın herhangi bir spiritüel veya ezoterik çalışma yaparsa, bedeni daha bile hassas hale gelir ve bireysel aklı gezegenin aklıyla daha uyumlu hale gelir.

Kadınlar çevrelerine bakıp toprağın neye ait olduğunu hissedebilir. Bir kez tanımladığınızda mesela bu topraklar kartalların topraklarıdır o zaman o ruhu geri getirmek için ritüel kullanabilirsiniz. Bir kartal heykeli yapabilir veya bir davetiye ve bir saygı göstergesi olarak bir tane heykel alabilirsiniz. Onu toprağa getirebilir ve kartal ruhunu ona dokunması için davet edebilirsiniz. Zaman geçtikçe heykelde ruhu görebilirsiniz.

Bazen toprak hasar görür ve iyileşmek için bir hayvan ruhuna ihtiyaç duyar. Ancak bu iyileşmenin başlaması için şunu sormalısınız: Gereken nedir? Kartalın mevcut olması için gereken nedir? Bir gölet oluşturmanız gerekebilir veya bir ağaç dikmeniz veya toprağı bir şekilde değiştirmeniz gerekir. Tüm bunlar toprakla ve kartalın ruhuyla iletişim kurmayı gerektirir. Ancak kadınlar bunun nasıl yapılacağını bilirler. Bu doğal bir histir en basit bilme gücüdür. Güçlü bir kadın sadece bilir. Neye ihtiyaç duyulduğunu hissetmek ve ne yapılması gerektiğini bilmek için kendi bedenlerine güvenirler.

Bu içsel kabulü sadece tutmamak, aynı zamanda eylem yoluyla ruhun yeryüzüne inmesini sağlamak önemlidir. Sevgi gibidir, kalbinizde sevgi olabilir, ama sonra sevginin gerçek hale gelmesi için bir şeyler yapmanız gerekir. Eylemlerimiz sevginin gerçekleşmesi için bir köprü gibidir. Ritüelin gücü budur.

Giderek daha çok kadın kendilerine göre bu yenilenmeyi yaşıyor. Bize anlamlı gelen ve işe yarayan ritüelleri veya adakları, duaları bulmak bize kalmıştır. Bizim yerküreye ne kadar çok ait

olduğumuzu ve onunla ne kadar uyumlu olduğumuzu hatırlatan herhangi bir şey olabilir.

Bazıları için yerküreyle böyle bir ilişki çok doğaldır. Budist uygulamalarına kendini adamış Seattle'dan bir anne, kendisi için bunun nasıl olduğunu şöyle tarif ediyor:

"Doğal dünya, periler, tanrılar, bitki ruhları tüm hayatım boyunca bu dünyaya yakın yaşadım. Benim için her şey canlıdır ve ruh dünyası düzenli olarak benimle konuşur. Benim için diş fırçalamak kadar basit bir şeydir. Bu bilinçli ilişkiyi bahçe işleri, bitkilerin ruhlarına saygı duyma (herhangi bir şey diktiğimde veya başka bir bitki travması olduğunda bitki ilaçları kullanıyorum. Bitkilerle konuşuyorum onlara şarkı söylüyorum ve her ne kadar gerekmese de ve hatta beklenmese de, onlar da bana şarkı ve konuşmalarla karşılık veriyorlar) vasıtasıyla devam ettiriyorum.

Bugünlerde rehberlik her daim basit, zarif törenlerle yerküreyi ve sularını onurlandırmakla ilgilidir. Mesela suyu Tara'dan (dişi bir Budist tanrı) mantralarla kutsamak ve Seattle'da yaşadığımız yere yakın bir göle onu sunmak gibi. Günlük olarak altı yönde çağrı yapıyorum, günlük olarak güzel yeryüzü için dua ediyorum..."

Bu kadın için basit olan şey, diğerlerine öyle görünmeyebilir. Hepimiz kendi yolumuzu buluruz. Burada en önemli şey, yeryüzüne uyumluluğumuzun kolektif bilinçte tamamen kaybolmamasıdır. Birçok kadın kendisine doğal gelen ve yeryüzünü onarıcı ve destekleyici bir şekilde yaşar. Biz de aynı şeyi yapabilir ve kendi basit işaretlerimizi, dualarımızı ve adaklarımızı bulabiliriz. Böyle adımlar attıkça, yeryüzünün kalbiyle Dr. Sun'ın deyimiyle 'bilincin merkezi' ile bilinçli olarak iletişim kurmaya başlarız. Yukarıda anlatılan rüya gören Alman'ın hâlihazırda eksik olduğunu söylediği şeyi ilahi olanın yeryüzüne gelmesi için bir kabı oluşturabilecek çok gerçek bir ilişki geliştirmeye başlayabiliriz. Tüm ilişkiler birer kaptır. Diğerlerine bağlılığımız, bir kişiye veya bir şeye cevap vermek için kendi küçük ihtiyaçlarımızın ötesine geçme isteğimiz, sürekli olarak güven inşa etme, bunların hepsi

bir ilişkide can suyunu ve enerjiyi tutan iç ve dış zincirleri yaratır. Yeryüzüyle bu önemli çalışmayı yapmamız gerekir.

Bir yandan bu büyük bir görevdir. Psikolojik gölgede kaybolmuş bir enerjiyi yeniden kazanmak, içimizde toprak ve yeryüzüyle eşsiz ilişkimizi hissetmek, bedenlerimize karşı içselleştirdiğimiz korku veya nefretimizi bitirmek ve tüm bunları bu gezegen üzerindeki ve bu gezegenle birlikte olan hepimiz için spiritüel yaşamın tekâmül ettiği şekilde gerçek bir arzuyla yapmak.

Diğer yandan, çok basittir, sadece dikkatimizi yerküreye kaydırmamızı, neye ihtiyacı olduğunu sormamızı ve ihtiyacı olan herhangi bir arkadaşımıza yapacağımız gibi işi gerçekleştirmemizi gerektirir. Hâlihazırda aramızda var olan yaşayan ilişkiyi canlandıran bu sorma, dikkatimizin ve tutumlarımızın yönünü değiştirmedir, yakınlığımızın farkına varmamızı, bastırılan ve yanlış yönlendirilen, ama kaybolmamış olan enerji akışını güçlendirmemizi sağlar. Büyükanneler'in bize söylediği üzere, yerküreyle bir olduğumuzu ve tıpkı yeryüzünün enerji sistemlerini çalıştırması gibi, kanımızda akan Anne'nin gücüyle bir olduğumuzu anlayabiliriz. Bu birliğin farkına varmaya başladıkça, kendisini kutlayan yaşam olan bir coşkunluk bulacağız.

Kaliforniya'nın kuzeyinde yaşayan 64 yaşındaki Fransız bir kadın, son zamanlarda yeryüzüne odaklanan bir kadın grubu hazırlığında bir diyalog başlattı. 'Daha çok öğrenmek istedim.' diye açıkladı.

'Bir kadın olmada saklı olan şeyleri keşfetmek istedim. Saklı olanla birlikte olmak istedim.'

Sessizce oturdu ve yeryüzüne seslendi. Böylece And Ülkeleri'nde yaşayan insanların 'Toprak Ana' veya 'Dünya Ana'yı tarif etmek için kullandıkları bir kelime olan Pachamama ile direkt iletişime geçti. Aklıma gelen ilk şey, bir kadın olarak yeryüzü ile bağlantımın kalp atışlarım vasıtasıyla olduğu idi bu güm güm seslerinin harika ritmi.

Sonra nefes aldığımda ve nefes karnımdayken ve sonra nefes verdiğimde, bu nefesi çevremdeki her şeyle değiş tokuş ettiğimi anladım. Karnım vasıtasıyla yeryüzüne bağlanıyordum.

Dua ettiğimde ve düşüncelerimi dünyaya yaydığımda, bunun yeryüzün bilgeliği olduğunun daha çok farkına vardım. Dünya üzerindeki tüm hayatla daha çok bağlanıyordum ve dans ettikçe ve Sufi semazenler gibi döndükçe, dünyanın dönüşüyle bağlantı kurabildim. Belki her şeyden daha çok dünyanın her zaman neşe, iyilik ve sevgi gönderdiğini bunun onun doğası olduğunu çok derin olarak hissettim. O her zaman tüm evrenlere iyilik akıtır!

Hareket ettikçe, nefes aldıkça ve yaşadıkça, tüm bu iyilikleri almanın, her zaman orada olan neşeyi fark etmenin imkânı vardır ve suyunda bir arınma vardır. Her zaman hareket, ses, arınma ve neşe vardır! Dünya doğası gereği mutludur. Bu iletişim sırasında taşınmış hissettim. İyi hissettim. Hayranlık ve saygı hissettim. Bir hazine bulmuş çocuk gibi neşeyle ürperdiğimi hissettim ve tamamıyla dünyanın neşesiyle uyumlu olduğumu hissettim her şeye EVET diyordum. Evet, evet, evet! Teşekkürler, teşekkürler, teşekkürler!

Bölüm IV

Arınma

Hayal gücünü rahatsız eden aslında adet kanaması her ne kadar o kırmızı sel durdurulamaz olsa da değildir, ancak daha ziyade dişi denizin kandaki, rahim parçalarındaki, plasental denizanalarındaki albümindir. Bu doğduğumuz öbür dünyaya ait matristir. Biyolojik kökenimizden, çamurdan evrimsel olarak tiksindik. Her ay, zamanın ve varlığın derinliğiyle, kendisi olan derinliğiyle yüzleşmek kadının kaderidir.

Kadının spiritüel doğası saftır ve ana işlevlerinden biri arınmadır. Bu güç, yerküreyle ne kadar bağlantılı olduğumuzla ve çocuk doğurma sorumluluğuyla ne kadar yükümlü olduğumuzla ilgilidir. Çocuk sahibi olmak için, yerkürenin kendisi olmalıyız, madde dünyasına bir ruh kabul edebilecek durumda olmalıyız. Bu, bir hayatın tam olarak yeniden başlayabilmesi için, bir alanı boşaltabilme yeteneğini gerektirir.

Fiziksel seviyede kadınların bedenlerinin aylık olarak nasıl arındığını, rahim duvarlarının hücrelerini nasıl dışarı atıp yeni bir yaşam için iç ortamı hazırladığını görürüz. Ayla dünya arasındaki ilişkiyle uyumlu olan bu basit işlev, insan hayatının tüm süreci için kritik öneme sahiptir ve üremenin bile ötesinde, yaşamın yeniden yaratılması için önemli olan arındırma yeteneğinin bir yansımasıdır.

Kadınların arınma gücü, yaratıcı boşluğun gücüyle birlikte işler, atıkları temizler ve yeni hayatın doğabilmesi için alan yaratır. Görünür olandan önce meydana geldiği için son derece gizli bir güçtür. Hayatın yeni baştan başlamasını garanti altına alma yeteneğidir. Bu 'yeni baştan' durumu saf, temiz veya açık alandan yeni baştan başlama olasılığı arınma gücünün esasıdır. Onsuz yaşam gelişemez; tekâmül edemez. Eğer yeni baştan başlayamazsak, yaşlıdan gelişme umudumuz olmaz.

Yaşamın gelişebileceği bu açık ve alıcı alanı yaratma yeteneği, kadınlar için doğaldır. Arınma gücü ezoterik yaradılışımızla ve fiziksel bedenlerimizin gizli spiritüel amaçlarıyla bağlantılıdır ve doğurma işlevimizi içeren ve ötesine uzanan şekillerde işler. Hem bedenlerimizde bedenlerimizin doğurmak için rahim alanını temizleme yeteneğimizde hem de duygusal yaradılışımızda insanlar, bitkiler ve hayvanlar da dâhil olmak üzere herkesin gelişmesini sağlamak için etrafımızdaki negatif veya zehirli enerjileri sevgi ve fedakârlık yoluyla içimize alabilme yeteneğimizde tezahür eder. Yaşamın tüm alanlarına uzanır.

Ne yazık ki, kadınların spiritüel saflığı ile ilgili düşünceler, uzun süredir baskıcı ataerkil sistemlerin bir aracı olarak kullanılmışlardır. Kadınların spiritüel saflığı ile cinsellikle ilgili ataerkil ahlakın ve düşüncelerin birleştirilmesi, dünya çapında kadınlara ve kadınların güçlerine karşı en yıkıcı ve baskıcı kuvvet olarak sürmektedir.

Bu ataerkil dayatma, tarih boyunca birçok kültürde baskın olmuştur. Soyut veya aşkın spiritüel güce olan odak, genellikle bünyede barındırılan spiritüel gücün kabul edilmesini ve ona saygı duyulmasını zayıflatır ve bu durum özellikle saflık gücünde doğrudur. Ataerkil kuvvetler bireysel kadının tekdüzelikte kaybolarak saflığı kendi bünyesinde barındırmasına bir peçenin veya çekiciliğin basmakalıp görüntülerinin arkasında barındırmasına zorlar ve bir kadın aslında saflığı veya arınma gücünü somutlaştırdığında, mesela regl olduğunda, 'kirli' veya 'pis' olarak nitelenir. Kadınların saflığı ve arınma gücü, tüm dünyanın

ataerkil gölge dinamiklerini, belki diğer tüm güçlere göre daha çok çeker. Bu geniş ölçüde bilinçsiz olsa da, kadının muazzam gücünün bir işaretidir.

Kadınların doğal saflığını, erkeklere veya Tanrı'ya hizmet etmek için bir kadının nasıl saf olması gerektiği ile ilgili ataerkil fikirlerle karıştırmak, sayılamayacak derecede çok tehlikeli sonuçları olan vahim bir hatadır. Ancak bu hem kadınlar hem erkekler tarafından taşınan geniş ölçüde yaygın bir yanlış anlamadır ve bizim, bu gücün gerçek doğasını ve amacını anlamamızı engeller. Eğer kadınlar güçlerini daha bilinçli yaşayacak ve dünyevi topluluğumuza hizmet edeceklerse, öncelikle saflık, bedendeki yaratıcı güç ve kadınlar arasında deşifre edilmesi gereken bir ilişki vardır.

Arınma ve Regl

Kadınların arınma gücünün en aşikâr hallerinden biri olan bu temiz ve alıcı bir alan hazırlama ve sürdürme yeteneği, fiziksel düzlemde reglimizle yansıtılır. Kültürel önyargılar ve kişisel karışıklık ve utancın arkasına saklanmış olan kadınların regl hali, birçok seviyede çok güçlü bir kuvvettir. En temel seviyede bir kadının rahminin işlevi, yeni yaşamı desteklemektir. Ancak birçok fizyolojik işlev gibi, daha gizli bir işleve de hizmet eder bir kadının hayatta çevresindeki gizli rolünü ortaya çıkaran bir işlev. Dr. Sun, rahmin gizli amacını tanımlar:

"Rahmin, okyanus gibi harika bir enerjiyi içine alma yetisi vardır. O enerji daha üretken, daha yaratıcı ve saftır. Tıpkı okyanusun o kadar çok şeyi içine alıp parçalaması gibi, rahim de aynı şeyi yapar. Bir kadının regl döneminde bir enerji vakumu yaratılır. Gerçekten bir elektrikli süpürge gibidir. Kendiliğinden açıktır; enerjiyi içine çeker. Böylece enerjiler, fiili fiziksel alanla birlikte temizlenir."

Reglin bir fiziksel ve enerjik arındırıcı olarak bu basit ve temel anlayışı, çağdaş dünyamızda büyük ölçüde kaybolmuştur.

Ancak bazı yerel geleneklerde hâlâ canlıdır. Aleut yaşlısı Larry Merculieff, şu şekilde ifade eder:

"Reglin asıl amaçlarından biri, cinsel ilişki sırasında erkekler tarafından kadınlara geçen bakterileri dışarı atmaktır. Ancak cennette olduğu gibi dünyada da, dış her zaman iç alanın bir yansımasıdır. Bu durumda, bu işlemin spiritüel aynası bireyin, toplumun ve çevrenin enerjik arınmasıdır. Kadınların aylık olarak yaptığı kutsal şeylerden biri, çevrelerindeki negatif enerjiyi özümsemeleridir. Regl bunu temizler. Birçok kadın bu dönem sı-rasında sancılanır, bunun nedeni bizim aydan negatif enerjiyi nasıl salvereceğimizi unutmamızdır."

Bu ezoterik gerçekliğin hem bireysel kadınlar hem de onların aileleri ve çevreleri için son derece önemli sonuçları vardır. Regl döneminde bir kadın, genellikle tamamen bilinçsiz ve tanımadan, kendi arınma sistemi kanalıyla çevresindeki enerjiyi ve bilgiyi işler. Dr. Sun regl dönemi sırasındaki bu bilinçsizce enerji alımlarının, kadınların duygusal rahatsızlıklarının kısmi nedeni olduğunu kabul eder:

"Bazen bir kadın pratisyen bana gelir ve güçlü krampları olduğunu söyler. Ona şöyle sorarım:

'Biri veya bir şey hakkında endişelendiğinin farkında mısın?' ve şöyle der:

'Evet, kız kardreşim zor zamanlar geçiriyor...' ve daha net, daha bilinçli hale gelir. Bedenindeki ağrının nedeninin, bedeninin başkalarına yardım etmek için kullanılmasından dolayı olduğunu öğrenir. Bu bir temizleme işlemidir. İnsanlar bu işlemle ne kadar çok iyileşmenin meydana geldiğini bilmez. Ne kadar çok duygu kişinin kendisinin, başka bir insanın veya ailesinin duyguları şifalanır."

Larry ve Dr. Sun, kısmen regl 'lanetinden' dolayı kadınların bir sorun olarak çok sık yaşadığı aybaşı sıkıntısını, bizim için reglin arındırma ve iyileştirme yetisinin doğal bir yönü olarak görür. Bu iyileştirici boyut o kadar az bilinir ki, birçok kadın onu hayal bile etmemiştir. Bazı yönlerden arınma, güçlerimiz içinde aynı anda hem en aşikâr ve hem en gizli olanıdır.

Eğer regli ve işaret ettiği gücü ciddi bir şekilde değerlendirirsek, kadınlar için çoğu kişinin hayal edemeyeceği kadar çok sonuçları olduğunu görürüz. Bu gücün nasıl işlediğini anlamak, bir kadının ailesine ve topluma daha bilinçli hizmet etme yetisini arttırır ve aynı derecede önemli olarak, eğer istemezse kendisinin fedakârlıkta bulunmama kararı almasında yardımcı olur. Tam bilinçli olarak yaşandığında, bu arınma gücü muazzam bir derecede güçlenir. Kadınlar onu ne zaman ve nasıl kullanacaklarına karar verebilirler ve genellikle içlerinde uyandırdığı hem içsel güçsüzlük ve utanç hissinden, hem de diğerlerinin enerjilerini almaktan dolayı bilinçsiz olarak başlayan fiziksel ve duygusal acıdan kendilerini özgürleştirebilirler.

Bu gücün daha çok bilincine varmanın bir yolu, regl dönemi boyunca bedeninizde ve duygularınızda neler olup bittiğini izlemek ve hissetmek ve tıpkı Dr. Sun'ın kadın öğrencileri ile yaptığı gibi, sorunun nereden kaynaklandığını algılamaktır. Bunu kendimiz yapabiliriz. Elbette bu, bedenlerimizin birçok gizli ve gizemli süreçlerle birlikte birer spiritüel araç olduklarına dair anlamlı gerçeğe izin vermek demektir. Bilinçli olarak reglin gücünü kabul etmek için, bedenin spiritüel gücünü kabul etmemiz gerekir.

Dr. Sun'ın spiritüel yönelimi olan Taoizm'de fiziksel beden ve organlar, yalıtılmış bir fiziksel bedenin yalıtılmış fiziksel parçaları değildir, hem fiziksel dünya ve mevsimleriyle hem de yerküre ile ilişkili saklı spiritüel yönlerle bağlantılıdırlar. Organların yerküreyle ve yerkürenin güçleriyle bu uyumluluğun, bir kadının regl döneminde yaşadığı duygu ve hisler açısından sonuçları bulunur. Dr. Sun'ın açıkladığı üzere:

Mevsimler değiştikçe, regl de değişir. Taoizm'de her mevsimin baskın bir organı vardır. Örneğin sonbaharda akciğerler ve kalın bağırsak etkendir. Eğer bir kadın kış sırasında enerjiyi iyileştiriyorsa, akciğer ve kalın bağırsağı enerjiyi işleyecek ve arındıracaktır. Bunlar keder ve üzüntü ile ilişkilidir. Bu yüzden bir kadın o dönem sırasında kederli hissedebilir. Ancak eğer kalbin ve ince bağırsağın daha etkin olduğu yaz dönemiyse, bir kadın bu

organlar yoluyla enerjiyi arındıracağı için haset veya kıskançlık hissedebilir.

Kadınların bedeninin ve işlevlerinin fiziksel ve spiritüel boyutlardan geçen daha büyük bir karşılıklı ilişkinin parçası olduğunu anlamak için Taoist olmamıza gerek yok. Nasıl parçası olmazlar ki? Birçok bakımdan bu, ataerkil baskının örtüsünün bizden uzaklaştırdığı içgüdüsel bir sağduyudur. Dr. Sun'ın ileri sürdüğü üzere, yapmamız gereken tek şey kendimize neden öyle hissettiğimizi sormak, çevremize bakmak ve içsel deneyimlerin dış olaylarla nasıl ilişkili olduğunu fark etmektir. Şu şekilde devam eder:

Eğer enerjik veya ezoterik uygulamalar yaparsanız, yaşadığınız şeyin daha çok farkında olursunuz. Kendinize 'bu kramp ne ile ilgili, bu adet öncesi sendrom ne ile ilgili?' diye sormalısınız. Onu bir iletişim, iyileşme, özveri olarak görmelisiniz. Birçok şey anlamına gelebilir. Ancak bir kez ne olduğunu anlarsanız, süreci daha iyi yönetirsiniz. Ona sevgi kazandırabilir veya sadece toksinleri atabilirsiniz. Bunu bir kez fark ettiğinizde, birçok seçeneğiniz olur.

Bu gücü kullanıma sokmayı hayal etmeye dahi başlayabilir miyiz? Bilinçsiz olarak çalışmak yerine reglimizi, farkında'lığın ve hizmet etme arzumuzun gücüyle uyumlu hale getirdiğimizde ne olur? Bu kadar çok hastalık ve ilgisizlikten dolayı acı çeken bir gezegen üzerinde iyileşme ihtiyacı duyan şeyleri arındırma niyetiyle bir araya gelen kadın gruplarının gücünü düşünebilir miyiz? Dr. Sun reglin gücünü daha büyük iyileşme için kullanabileceğimizi teyit eder:

"Kapasiteniz olduğunda avantajdan yararlanabilir ve iyileşmenin ihtiyaç duyulduğu yere gidebilir ve kendi bedeninizi bünyeniz vasıtasıyla çevrenizi temizlemek için kullanabilirsiniz. Eğer bir kadın sağlıklıysa ve gücü yerindeyse, kuşkusuz bunu yapabilir. Bu, gelişimsel olarak nerede olduğuna bağlıdır."

Kadınlar regl dönemi boyunca ağrı çekebilirler, çevrelerinden duygusal enerjiyi ve toksinleri alabilirler ve bu yardımcı ol-

mayabilir. Bir kadını hasta veya dengesiz yapabilir. Yaptığı şeyin bilincinde olduğu zaman gerçekten hizmet edebilir ve gücünü yaşayabilir. Fedakârlık aldatıcıdır. Eğer kendinizi bilinçsiz olarak feda ediyorsanız, o zaman sadece bir kurbansınız.

Ama eğer bilincindeyseniz eğer farkındaysanız ve kullanımdaki bu negatif enerjileri almayı seçiyorsanız bu çok, çok güçlüdür ve yine anahtar bileşen, bedenin önemli spiritüel güçlerinin olduğunu idrak etmektir.

Bu, zihne odaklanan veya bedenin önemli olmadığını söyleyen diğer dinlerle karşılaştırıldığında, Çigong ve Taoist uygulamalarının önemidir. Taoistler için beden bir vasıtadır. Spiritüel olanı arındırır ve spiritüel bedenleri çoğaltır. İnsanları doğurduğumuz gibi, spiritüel vücutları da doğurabilir veya çoğaltabiliriz. Bu, Taoizm'in kutsal iç simyasının bir parçasıdır. Enerji çalışması yoluyla, üreme organları spiritüel embriyoların ve varlıkların gelişmesi ile ilgili spiritüel işleve hizmet eder, enerji değiş tokuş kapasitesini arttırır ve yaşama yeniden enerji verir.

Kadınların bireysel gelişimi sadece kişisel bir konu değildir, tüm yaşam ağını etkileyen sonuçları vardır. Kadınlar kendi güçlerinin ne kadar çok farkına varıp ona uyum sağlarlarsa, o kadar çok katkıda bulunabilirler. Bedenlerimizin arındırma kapasitesi, gelişen bir dünyada kadının yerinin çok boyutlu gizemine açılan bir kapıdır.

Bu, geniş ölçüde keşfedilmemiş bir alandır, kadınların kendi içinde nasıl hizmet edeceklerini ve nerede ihtiyaç duyulduklarını sormalarını gerektirir. Anlamak için gerçek bir ihtiyaçla bir kez içe döndüğümüzde, bize gösterilecektir. Langley, Washington'dan bir kadın, reglinin saklı amacı ile ilgili soru sorduğunda şu rüyayı gördü:

"Karanlık bir odaya veya mağaraya giriyorum ve resmi olmayan bir grup kadın var. Burada bir misafir gibi hissediyorum, kutsal bir alana girmiş gibiyim ve çok dikkatli ve saygılı hissediyorum. Koyu renk veya törensel kıyafetler giydiklerinden, yüzleri daha çok bu karanlıkta saklı olduğundan dolayı cadı gibi görünüyorlar. Kadınların çoğu ayakta du-

ruyor, ancak bir kadın mağara alanının içinde bir kaya tabakasının üzerine alınmış, yatıyor. Sanki iyi değilmiş gibi. Ayakta duran kadınlardan biri bana bu kadının negatif enerjileri ve düşünceleri kendisine çektiğini ve sonra bedeninin onları arındırdığını açıklıyor. Bu bilgiyle etkilenmiş hissediyorum ve bir şeyler söylemek istiyorum. Bunun etkileyici olduğunu ve ayrıca, bu kadın zayıflamış veya hasta göründüğünden dolayı bir bakıma korkunç olduğunu hissediyorum. 'Bu çok etkileyici.' gibi garip bir şey söylüyorum ve ayakta duran kadın bana biraz küçümseyerek bakıyor ve 'Hayır, bu sadece doğal olarak meydana geliyor; başka bir seçeneği yok.' diyor. Biraz aklım karışarak duruyorum, ama sonra bunun basit, doğal bir işlev olduğunu anlıyorum. Sonra kadın bana 'Ve elbette bizim işimiz onu arındırmak.' diyor.

Bir kadının bu zehirleyici enerjiyi içeri aldığı ve sonra kadın grubunun onunla ilgilenip onu arındırmak için çalıştığı bu sistemin ne kadar güzel olduğunu bir an için görüyorum. O kadar güzel görünüyor ki hayranlık ve saygı duyuyorum.

Görünmeyenle Çalışmak

Arındırma gücü gizlidir, çoğunlukla görülmez. Onu fark etmek ve saygı duymak, normal algı yollarını veya alışılmış yargıları kullanmamız demek değildir. Adet kanamasının gizli bir alanda rahmi temizlemesi gibi, arınma sıradan gözlerle görülemez. Ancak onu hissedebiliriz, algılayabiliriz, olduğuna güvenebiliriz ve kendilerini açığa vurduklarında etkilerini fark edebiliriz. Yukarıdaki rüya gören kişiye, kendi bedeninde veya belki bir grup kadının paylaşılan bedeninde meydana gelen bir şey gösterildi. Artık o, özellikle regl dönemi boyunca, çevresindeki herkesle ve her şeyle ilişkisini etkileyen farklı bir farkındalıkla yaşamında ilerleyecek. Talep ettiğimiz takdirde, hepimize ipuçları ve işaretler verilecektir ve sonra görevimiz, açığa çıkan şeye sadık kalmaktır. Arınma ve açığa çıkmayla ilişkili güçlü bir hikâye, kadınlar ve erkekler arasındaki ve eril ve dişil enerjiler arasındaki şifa

çelişkilerine odaklanan uluslararası konferanslar ve inzivalar düzenleyen organizatörden gelir. Birkaç yıl önce Midwest'te çeşitli avukatlık kuruluşlarından erkekleri ve kadınları bir araya getiren bir konferansı anlatır. Bu beş günlük toplantıya yaklaşık 16 kişi katılmıştır. Şu şekilde anlatır:

"Konferansın başında herkesin birbiriyle tanışması için bir gece toplantısı düzenledik. Bu kişiler belirli bir alanda birlikte çalışma kapasitelerini derinleştirmeye kendilerini adamış olan profesyonel insanlardı. Kolektif bir sunak için kişisel ev ortamımızdan anlamlı veya 'kutsal' birşey getirmemiz önceden bildirilmişti. Açılış toplantısında kendimizi tanıtırken her birimiz ne getirdiğimizi gösterdik bir taş, resim, tılsım veya her neyse ve sunağa yerleştirdik. Sonra oradaki bir kadın konferansa adet kanını getirdiğini beyan etti ve onu, kutsal olduğu için getirdiğini açıkladı.

Biz bir grup profesyoneldik ve bu yeni dönem veya geleneksel bir yerli toplantısı değildi. Çoğumuz orta sınıf beyaz Amerikan vatandaşıydık. Dolayısıyla diyebilirim ki bu kadının sözleri bize biraz uzaktı ve çoğumuz sadece buz kesilmiş bir sessizlikte oturuyorduk. Adet kanının özel bir kapta buzdolabında saklandığını söyleyerek devam etmesi, sanırım bizi biraz daha rahatsız etti. Onu getirdiğini, çünkü kadınsılığın kutsal gizemi ile ilgisi olduğunu ve bu konferans cinsiyet konusu üzerine olduğundan dolayı kendisine uygun geldiğini açıkladı. Konu orada kapandı ve diğer insanlar kendi tanıtımlarıyla devam ettiler ve dürüst olmak gerekirse, bunun son olduğunu düşündüm.

Sonra, toplantı devam ettiği sırada, kutsal bir çemberin içindeyken, erkeklerden biri pornografiye olan bağımlılığı ile ilgili itirafta bulundu. Bu çok keskin ve son derece kişisel bir açığa vurmaydı ve bağımlılığından özgürleşmek istemesi hakkında konuştu. Pornografi hem kadınlar hem erkekler açısından çok şeyi gündeme getirebileceğinden dolayı, hâlihazırda ağır olan atmosferi daha da güçlendiren bazı dergileri ortaya çıkardı. Bu, atölyelerimizin belirli bir odağı değildi ve ben kendimi buna tamamen hazır hissetmedim. Gruptaki his çok ağır ve yoğundu.

Sonra başka bir adam pornografiye olan ilgisiyle ortaya çıktı ve birkaç resim daha ortaya çıktı. Böylece aniden pornografi ve onun insan-

ların hayatı üzerindeki etkileri ile ilgili derin bir sohbete batırıldık. Ve elbette pornografi o veya bu şekilde hepimizi etkilemişti.

Bu pornografi konusu tamamen iyi karşılanmadı. Özellikle karışık bir grupta, herkes onunla ilgilenmek istemedi. Ama ne yapabilirdik? Konu masaya yatırılmıştı ve gerçekten ilerleyemiyorduk. Bu, en az iki adamın irdelemek istediği bir sorundu. Sanki grupta kocaman bir görünmez kapı açmışlardı ve hepimiz o kapıdan geçmiştik.

Sonraki üç gün boyunca bu grup, pornografi ve onun neden olduğu her şey hakkında derin bir işleme seviyesine geçti. Altı veya yedi erkek ve on civarında kadın vardı. Bu süreçte, pornografinin cinselleştirilmiş görüntüleri yoluyla nesnelleştirilmeleri ve kendi hayatlarında eşleriyle böyle görüntülerle yarışmak zorunda kalmış olmanın kişisel acı hissi bakımından, kadınlar tarafından sahip olunan son derece fazla rahatsızlık ve acı vardı. Bu dergilerdeki saygısızlığı, bayağılığı, erotizmi gerçekten irdelemek hepimizi rahatsız etti. Çokça gözyaşı döküldü.

Grup çok derine indi. Nefes çalışması da dâhil olmak üzere, çeşitli iyileştirme biçimleriyle çalıştık ve çok miktarda acı ve öfke ortaya çıktı. İki adam paylaşımlarında tamamen dürüst, açık ve kırılgandılar. Batı toplumumuzda cinsellik ve erkeklik çevresindeki şartlanmalarımızı güçlükle kabul ettikçe, tıpkı kadınların muazzam bir üzüntü ve kızgınlık hissetmeleri gibi, erkekler de aynı şekilde hissediyordu. Bundan önceki atölye deneyimlerime göre söyleyebilirim ki, burada yaşadığım kadar çok derinlik, saflık ve doğruyu söyleme hiç olmamıştı.

Toplantının sonuna doğru neticelenen kutlamayı işlemeye başladık, çok derin ve özgün bir şeyden geçtiğimizi kabul etmek için bir yol oluşturduk. Son gün planı boyunca, iki adam pornografiyle işlerinin bittiğini beyan ettiler. Sonsuza kadar bıraktıklarına yemin ettiler. Dergileri son ritüelde kullanma ve onları toprağa gömme fikri ortaya çıktı ve biri herkesin neredeyse tamamen unuttuğu, ancak hâlâ buzdolabında olan adet kanını da dâhil etmeyi önerdi. Ritüel şekillenmeye başladı dergileri parçalayacak, her bir sayfasını o görüntüyü ve enerjisini bir şekilde arındırmak için adet kanıyla 'meshedecek' ve başlıca adak olarak toprağa gömecektik. Böylece son gece bir daire oluşturduk, bir dua ettik ve sonra dergileri çıkardık ve topluluktaki herkes törensel olarak dergilerin her bir

sayfasını kopardı. Bunu, paylaşılan dualı, güçlü bir niyet ortamında, kadınlar ve erkekler bir arada otururken yaptık ve resimlerdeki her bir kadına ve erkeğe, bu resimlerin meydana getirilmesi ile ilişkili olan herkese ve kendi zevkleri için bu resimlere gözlerini diken her kim varsa hepsine şifalı düşünceler ve enerjiler gönderdik. Her birimizin yanında küçük bir şişe adet kanı vardı ve her bir çıplak kadın (ve erkek) resmi için parmağımızı kaba batırdık ve sayfaya bir damla kutsal kan sürdük. Sonra tüm sayfaları bir kenara yığdık ve gömmek için dışarıya taşıdık. Sayfaları yakmadık. Gömmenin dönüştürücü olacağı, döküntüleri, hastalıklı cinselliğin atıklarını eril ve dişil arasında sağlıklı ve kutsal bir erotik birliğin doğuşuna dönüştürmesi için anaya geri götüreceği hissine sahiptik.

Burada adet kanı önemli bir rol oynadı. İyileşmenin tohumlarını ekecek olan, kutsal dişilin enerjisi ve yaşam gücü idi. Çürümüş, erotik ve toprağa gömülenle birlikte orada olacaktı. Tohumu ekiyorduk ve sonra porno gübre olacaktı. Kan, yeni ve sağlıklı kutsal erotik cinsel birleşmenin büyümesine yardımcı olacaktı.

Toplantıyı ateşin çevresinde dans ederek bitirdik. Kadınlar ve erkekler arasında özgür bir birlik hissi vardı kısıtlanma bırakılmıştı. Sadece bağlantı vardı ve derin bir saygı. Neşe saçan gözyaşları vardı. Sanki kadınlar ve erkekler, kadın ve erkek ilahların yaşayan arketipleri veya tezahürleri gibiydiler, arınmış ve güçlü eril ve dişili temsil ediyorlardı. Bu özgürlük, kutlama ve derin şifa, paylaşılanlarla mümkün hale gelmişti ve adet kanının başlangıçta tuhaf ve şaşırtıcı olduğunu hissettiğimiz beş günlük çalışmayı bitirmek ve kutsamak için bir yol olduğu tam olarak anlaşılmıştı. Orada var olan hiç kimse bu atölyenin bu şekilde ilerleyeceğini düşünemezdi. Tahmin edebileceğimizin tamamen ötesindeydi. Bizler bu günler süresince uyandırılan ve serbest bırakılan dönüşüm ve arındırma güçlerinin pek farkında olmayan normal, profesyonel, çalışkan Batılılardık. Bu kayda değer deneyimle hepimiz değiştik."

Bu zamanda kadınların en önemli görevlerinden biri, son derece kişisel beden işlevlerimizin birçoğumuzun utanç duyduğu veya mahcup olduğu dış dünyanın şifalaşmasında ve değişiminde rol oynadığını kavramaktır. Bu, regl vasıtasıyla ve ayrıca

kadınların cinselliği vasıtasıyla kendiliğinden etkinleştirilen arınma gücü sayesinde geçerlidir.

Saf... Tıpkı Yerküre Gibi

Kadınların arındırma gücü ve bunun kaynaklarının spiritüel anlayışı Taoizm'le sınırlı değildir. Hâlihazırda Llewellyn Vaughan Lee tarafından temsil edilen Nakşibendî Sufizm'in bir soyunda, kadınların saflığının ve bireysel ve kolektif potansiyellerinin özgün bir anlayışını görürüz. Nakşibendî Sufi Ermiş Bhai Sahib, 1960'ların ortalarında Hindistan'da, müridi Irina Tweedie'ye kadınların saflığını tanımlamıştır. Kendisi Dr. Sun gibi, kadınların arındırma gücünü yerkürenin gücüyle ilişkilendirir:

"Kadın Altın gibidir, Yerküre gibidir, hiçbir zaman pis değildir... Altın tuvalete düşse bile, çıkarılıp temizlendiğinde, aynıdır, değeri düşmez. Yerküre her şeyi arındırır... Yerküre her zaman saftır ve kadın her reglinden sonra saftır. Bu takdirde Altın saftır derler, Yerküre saftır derler, ama kadın pistir derler... Ne kadar bilgisizler... Arındırma gücünü, hâlihazırda var olan ancak kullanılmayan bir güce işaret edecek şekilde yeniden çerçevelendirmemiz gerekir. Onu nasıl kullanırız? Bilinçli olarak mevcudiyetine uyum sağlarız ve kendiliğinden etkinleşmesine izin veririz."

Tıpkı regl olduğumuzda bedenlerimizin kendiliğinden enerjiyi nasıl çekip arındırdığı konusunda daha bilinçli hale geliyor ve böyle yaparak bu gücü yükseltip yönlendiriyorsak, cinsellik yoluyla evrenle saf bağlantımızın kendiliğinden nasıl etkinleştirileceği konusunda da daha bilinçli hale gelebiliriz. Llewellyn VaughanLee ezoterik bir unsuru tanımlar:

"Kadınların bedenlerinde ve spiritüel merkezlerinde doğuştan gelen ve dişil doğasına ait olan bir madde vardır. Bu, yaratıcı doğasıyla ilgilidir ve dolayısıyla cinselliği ile ilişkilidir."

Bu Virya Shakti, Tanrı'nın Yaratıcı Enerjisi'dir. Bhai Shaib, Tweedie'ye şöyle açıklamıştır:

"Tezahürün en aşağı düzleminde Virya Shakti erkeklerde sperm olarak görünür, kadınlarda Çakralarda muhafaza edilir.

İnsanın cinsel gücü ne kadar yüksekse, Tanrı'ya veya Gerçek'e o kadar kolay ulaşacaktır... Yüksek cinsel güç, spiritüel yaşamda çok yardımcıdır."

Genellikle bir kadının spiritüel gücünün cinselliğine bağlı olduğunu düşünmeyiz aslında tam tersini düşünürüz. Ataerkil dünyamızda spiritüel bir kadın, namuslu bir bakiredir. Ne kadar spiritüel hale gelirse, cinselliği o kadar azalır ve tam tersi de geçerlidir. Ancak cinsel enerjiyi yaratıcı, spiritüel güç olarak gören diğer spiritüel öğretiler vardır ve bir kadın için bu enerji, evrenle saf ve direkt bağlantı kurmakla ilişkilidir. Llewellyn bu bağlantıları daha ileri götürür:

"Bir kadının hem cinselliği hem spiritüalitesi, kâinatın kutsal doğasının bir parçasıdır. İçindeki bu saf öz, yerkürenin saflığının bir parçasıdır. Bu madde canlıdır... Bu, temel yaratıcı enerjidir. Kadınlar bilinçli olarak içlerindeki bu niteliğin ve yerküre ve evrenle bağlantısının farkında olduklarında, yerküreyi kutsal bir ışıkla doldururlar kuşkusuz bu birçok rahibenin kutsal çalışmasının esas parçası olmuştur."

Kutsal cinsellik yoluyla, kadınlardaki saf öz erkeklere verilebilir. Kadınların erkekleri sadece fiziksel olarak değil, aynı zamanda enerjik ve hatta spiritüel olarak içlerine çekebilecekleri bir yol vardır. Fiziksel ve spiritüel yakınlık yoluyla yaratılan bu kutsal alanda, cinselliğe ait olan kutsal özü erkekle (eğer alıcı ise) paylaşabilir. Çoğunlukla bu içgüdüsel olarak yapılır, bunun nasıl çalıştığına dair kadınlarda derin ve eski bir biliş vardır. Ancak belirli kadınlar bunu bilinçli yapar, kendilerini bilinçli olarak sunarlar. Elbette böyle bir buluşmada kadın kendisi için hiçbir şey istememelidir bu nedenle tapınak fahişeleri için eş, her zaman bir yabancıdır.

Larry Merculieff'in çok uzak Aleut geleneğinden, kadınların cinsel gücü ve bu gücün dönüşüm ve yeniden doğum için nasıl hizmet ettiğine dair benzer bir tanım duyarız:

"Erkeklerin sadece rahme geri dönerek yeniden doğabileceğini öğreten kutsal bir anlayış vardır. Rahim bizi doğurdu, ancak çemberi tamamlamamız ve rahim vasıtasıyla yeniden doğmamız gerekir. Aydınlanmış cinsellik yoluyla erkek, kadının enerji alanına karışır ve fiziksel ve spiritüel olarak yeniden doğar. Bu cinsellik, ölüm ve yeniden doğum sürecidir. Eğer bir erkek, tam bir teslimiyet ve sevgi halinde, sevdiği bir kadına boşalması için kendisine izin verdiğinde, evrenin merkezindeki alana eş olan o kutsal alanda dönüşür. Bu, egonun sevgi adını verdiğimiz biçimsiz gizeme tamamen teslim olmasını gerektirir. Ancak o zaman sihir, dönüşüm meydana gelebilir.

Ancak kadın da aynı derecede teslim olmuş ve açık olmalıdır. O birleşim yoluyla erkeğin getirebileceği, kadının gelişmesine yardımcı olan bir enerji alanıdır. Gelişme tek yönlü değildir, ancak her ikisinin de spiritüel dönüşümü için kadının gelişmesi şarttır. Kadınlar ve erkeklerle ilgili yukarıdaki tartışma, bir cinsellik anlayışını sınırlandırmak amacında değildir."

Larry, Aleut geleneğinin lezbiyen cinselliğini de kabul ettiğini söyler:

"Eşcinsel kadınlara geleneksel olarak hem erili hem dişili içinde barındıran Ruh İkizleri veya İki Ruhlu denilir. Spiritüel anlamda İki Ruhlu olarak doğanlar, düalitenin her yönünün bütünü oluşturmak için çalıştığı düaliteyi tekliğe dönüştürme kabiliyetine sahiptirler."

Bir kadının kutsal enerji alanı her zaman mevcuttur ve aydınlanmış cinsellik sırasında etkinleştirilebilmesinin yanı sıra Larry, 'Etkinleştirmenin ana yolu, grup törenidir.' diye açıklar. Kadınlar ve törenle ilgili ilerideki bölümlerde daha çok şey öğreneceğiz, ancak burada cinselliğin kadınlar ve erkekler arasında, ruh dünyası ve dünya arasında, kadınlar ve yaşamın tümü arasında nasıl güçlü bir vasıta olduğunu unuttuğumuzu anlamak önemlidir. Llewellyn bir erkek için böyle bir sevişmenin 'kavrulmuş bir toprakta nehir bulmak' gibi olduğunu ifade eder:

"Bir keresinde bilge bir kadın tarafından bana 'Erkek kendini kadın vasıtasıyla keşfeder.' denilmişti. Kadınlarla sevişmek erkeklerin gerçek

benlikleriyle, yaşamla, bollukla, neşeyle, merakla, sihirle, kâinatın gizemiyle daha kolay bağlantı kurmalarını sağlayabilir."

Cinselliklerinden dolayı kadınlara yapılan işkencenin, kadınların utandırılmasının ve aşağılanmasının ve cinsel ifadelerinin sınırlandırılmasının yaygın, küresel kalıbı spiritüel baskı için olduğu kadar, fiziksel ve psikolojik baskı için de bir araçtır. Kadınların spiritüel gelişimini kısıtlar ve erkekleri sevişme yoluyla dönüşümden yoksun bırakır. Cinsellik, ilahi olanla ve yaşamla enerji besleme, sevgi, bilinç değiş tokuşu yaptığımız en etkili ve direkt yollardan biridir. Bu cinsellikten ayrıldıklarında, kadınlar bu değiş tokuş aracından olduğu kadar, yaşamın kendisinden de koparlar.

Arınmayı doğal bir işlev değil, bir iş olarak temizlik gibi düşünme eğiliminde oluruz. Ancak kadınların spiritüel doğası saftır ve arınma ve yenilenme gücüne sahiptir. Bu regl sırasında rahimde meydana gelir ve bir erkeğin bir kadının enerji alanında eridiği ve spiritüel olarak yeniden doğabildiği 'aydınlanmış cinselliğin' bir parçası olarak meydana gelir.

Cinselliğin kutsal doğası çoğu kadın tarafından unutulmuştur ve biz cinsel gücümüzün çevremizdeki hayatı nasıl etkilediğinin farkındalığını kaybetmişizdir. Cinselliğin spiritüel olarak deneyimi sadece ideal olan bir şey değil, aynı zamanda birbirimizle bağlantılı olduğumuz takdirde yaşanabilecek bir şeydir. Kaliforniya'dan bir anne, kocasıyla sevişirken ilahi deneyimini tarif eder:

"Bazen sevişirken, ilahi olanın var olduğunu idrak ediyorum. İlahi olanın hassasiyeti mevcut olduğunda, kocamın içine işlediğini biliyorum. Sadece biliyorum. Onu çok seviyor ve kalbinde öyle bir şefkat var. Erkek bunu hissediyor ve kalbiyle cevap veriyor. Bu gerçekten seksin ötesinde bir şey."

Cinsel ilişki deneyimim var olma ve paylaşma üzerinedir. Geleneksel veya mantıksal olarak kadının 'aldığını' anlıyorum ve fiziksel olarak da spermi alıyor. Bilindiği üzere dişil arzu duyar ve eril 'Seni seviyorum.' der. Ama bana sorarsanız, O erkeği çok

sever! Ve erkek de çok şey alır! Ne kadar olduğunu hiçbir zaman bilmezler! Bir kadın bir erkeğin onunla olmasına izin verirse, vay, onu yerküreyi deneyimlediği için erkek ne kadar şanslıdır. Onun bedeninde, kendi bedeninde kendisi tarafından erişemediği gerçek bir şey vardır. Her zaman orada olduğu üzere oradadır, ama zamanla aşağılanmıştır.

Özellikle kendi değerini bilen bir kadının vereceği bir şeyler vardır. Sevişme sırasındaki bu verme, kadın kim olduğunu yaşadığı ve gerçekten arzuladığı şeyi yaptığında bazı açılardan meydana gelebilir... Cinselliğimizin gerçekte ne olduğunu anlamak ve ona değer vermek, asıl saflığını ve arındırma ve yenileme gücünü hatırlamak, bizi ve çevremizdeki hayatı güçlendirir. Kadınların kâinatla direkt bağlantısı vardır, özellikle bedenleri bilinçleriyle uyum içerisinde olduğunda etkinleşir ve hatta sevme, hizmet etme, alma ve besleme niyetleriyle uyum içerisinde olduklarında daha yoğun bir şekilde etkinleşir.

Yaşama yakınlığın kabul edilmesi ve saygı duyulması, bu yakınlık için sorumluluk almak bu vasıtayla ne verilebileceğine ve ne alınabileceğine uyum sağlamak anlamına gelir. Saflığımızı yaşamak demek, varlığımızın derinliklerine var olmanın kendisine değer vermek demektir. Bu, kadınların alanıdır. Bu, rahmin, cinselliğin, içgüdünün ve direkt sezginin alanıdır. Tüm mantığa meydan okuyan bu biliş ve içgüdümüzdür. Llewellyn devam eder:

"Hepimiz içgüdüsel bir dünyanın parçasıyız, ancak genel olarak sadece kadınlar ona bilinçli olarak erişebilir. 'Kadınsı içgüdü' denilen şeyin bu bağlantıdan kaynaklandığını düşünüyorum. Elbette kadınların bu boyutta enerjilerle ve bir bakıma kâinatın enerjisi ile bilinçli olarak çalışmasına olanak sağlayan kadınsı inisiasyonlar ve eğitimler olmuştur. Bu, doğal bir sihir olarak düşünülebilir, ancak kişi ayrıca, erkeklerin kullanmak için şamanik eğitime ihtiyaç duyacağı, ancak bir kadının kendiliğinden erişebildiği bitkilerin iyileştirme gücünü vs. de düşünebilir. Günümüzde çoğu kadın bu enerjiden ve onun gücünden koparılmıştır, çünkü kültürümüz içgüdüsel dünyanın karanlığından ziyade

bilincin ışığına odaklanmıştır, ancak bazı kadınlar bu karanlığın, onun gücünün ve bilgeliğinin hatırasını ve anlayışını muhafaza ederler."

Bu kitap boyunca ipuçları ve kılavuzlar genellikle hemen hemen aynıdır yerkürenin ritimlerine uyumlanan bedenin enerji akışına işaret eder ve ataerkil bir yapıda onaylanma veya başarı için herhangi bir ihtiyacın ötesine işaret eder. İçgüdüsel güçleri ile tekrar bağlantıya geçmiş olan kadınlar, varlıklarının derinliklerine ister kayıp ve acı vasıtasıyla ve yaratıcı güçlerine tekrar dokunup yeniden doğarak, ister bu hayattaki bedenlerinin iliklerine kadar dikkatlerini çeken fiziksel bir hastalık veya acı vasıtasıyla götürülmüş olsunlar, sıradan dünya başarısının sınırlarının ötesine geçmişlerdir.

Bu kadınların yolculukları, daha derin bir çağrıyı gerçekleştirmek ve karanlığı daima içeren sadece acı çekmenin karanlığını değil, aynı zamanda güneş ışığının ulaşmadığı içsel âlemin karanlığını da içeren daha engin bir karanlığa adım atmak için dünya yaşamının ışığı ile bağlantılarını kaybeden İnanna ve Persephone gibi yeraltı dünyasına yolculuk edenlerin seyahatini hatırlatır. Buradaki biliş Hekate'nin ışığıdır, baykuşun gözleridir, ayın parıltısıdır, bir ışık demeti gibi parlamayan, ancak sevgi ve dinleme dalgaları ile yayılan çok aydınlık bir biliştir.

Bilgelik Bedeni

İçgüdüsel dünyaya seyahat, her insanda herhangi bir zamanda bilinçli olarak yaşanabilme ihtimali olan çok derin bir arketipsel iz olması bakımından efsanevidir. Şekillendirilmiş insanlığa bir alçalma, bedenin ve ruhun birlikte nasıl çalıştığının gizemlerinin farkına varma olan bu bilinç yolculuğu, insan yaşamının temelindeki birçok deneme vasıtasıyla müptelalıkları yenmek veya basit olarak sağlıklı yiyecekler yemek, çocuk doğurmak ve beslemek, vücutlarımızı zarar görmekten korumak, diğerleri görmese bile kendi güzelliğimizi kabul etmek ve saygı

duymak hepimiz için mümkündür. Bunlar yaşamlarımız boyunca ilgilenmemiz gereken basit ve süregiden mücadelelerdir. Kadınlar için temel adım her zaman bedene saygı duymak, onunla ilgilenmek, içinde yaşamak ve onu bir mucize olarak görmektir.

Kadınların bedenlerinden her zamankine göre daha fazla ayrı oldukları günümüzde, bir ayağımız yeraltı dünyasında, bir gözümüz şifanın gizeminin anahtar deliğinde, bir kulağımız her zaman ölümün ayak seslerini dinler halde olarak, bu yolculuğu sıklıkla kanser veya bağışıklık sistemi hastalıkları gibi ciddi hastalıklar yoluyla yapıyoruz. Yolculuk kendi ölümlülüğümüzle yüzleşmeyi ve bedenimizle ilgilenmeme veya onların kutsallığını kabul etmeme şekillerini içerir. Bu süreç genellikle, kendisinin şifadan ruhunu aldığı ve fizikselin esas hissini görmezden geldiği dışarıdan tıbbi bir uzmanlığa yönelme yoluyla meydana gelebilir.

San Francisco'dan bir heykeltıraş meme kanseriyle ve bedenini nesneleştiren bir dünyada onu anlaması ve saygı duyması için ve onun için savaşması için onu zorlayan birçok yoluyla yüzleşti. Tedavinin neden olduğu erken menopozdan dolayı çocuk sahibi olamamanın üzüntüsüyle mücadeleden, göğüslerinin üzerinde tedavi alanlarını işaretlemek için dövmeye sahip olmanın küçük düşürücü durumuna kadar, umursamaz görünen bir dünyada fiziksel yaşamın duygusal ve spiritüel yönlerini onurlandırmaya tekrar tekrar çağrıldı. İlgisiz bir ortamda kanserle mücadelenin nasıl olduğunu açıkladı:

"Meme kanseri tedavisinin mekanikleri, kişinin adet döngüsünün kaybını ve bedenin tedavi edildiği rahatsız edici yolları da içeren tedaviyle birlikte yaşananlar çevresinde üzüntü duymaya imkân vermiyor."

Radyasyondan geçtiğimde özümlenme randevum sırasında bana dövme yapılacağı, böylece doktorların her tedavide en net olarak beni ölçebileceklerine dair bilgilendirildim. Buna itiraz ettiğimde ve yarı kalıcı bir iz oluşturacak olan bir alternatif bulunmasını istediğimde, beni dinlemediler ve dövme yaptırmak için beni ikna etmeye çalıştılar. Hiçbiri bu deneyimin bir hatırlatıcısı olarak bu işaretlerle yaşamak istemediğimi duyamadı. Hatıra

olarak zaten iki yara izim vardı. Kişi böyle bir deneyimden geçerken, bedenin kirletilmesine nasıl bu kadar az ilgi gösterildiğine şok olmuştum.

Dış dünya bize kendi içsel engellerimizi ve önyargılarımızı görme ve yüzleşme olanağını sağlar. Nesnelleştiren bir kültüre karşı mücadele eden bu kadının yolculuğu, bedenine saygı duyması ve koruması yoluyla varlığının bütünlüğünde giderek daha çok topraklanmış bir hale gelmesine imkân sağladı. Bu olayda, ona dayatılan kalıcı izlerden ziyade daha saygılı bir alternatif yenilik getirmeye yönlendirilmişti. Bedeni işaretlemek için tenkisyenlere kına kullanmalarını önerdi, böylece kalıcı olmayacaktı. Fikri uygulandı. Bu zor süreçten geçişinden sonra arkasından gelecek olan diğer tüm kadınlar hakkında 'Şimdi bir alternatifleri var.' diyor.

Bu kadının kendi bedenine uyum sağlaması ve ona saygı duymaya istekliliği, saygı duyulması gereken şeylerin nesnelleştirilmesini kalıcılaştıran bilinçsiz düşüncelerin ve eylemlerin zehirli bir bileşiminin arınmasında ana unsurdu ve diğer kadınların gelecekteki deneyimlerini dönüştürdü.

Arındırma işlemi insandan ve çevreden zehirli, eski veya artık yararlı olmayan bir malzemenin hem fiziksel hem spiritüel olarak enerjik temizlenmesini kapsar. Bu arındırma fiziksel seviyede kendiliğinden ve rahat bir şekilde meydana gelir, ancak yaşamı tehdit edici hastalıklarla mücadele ettiğimizde, saklı ve kabul edilmemiş alanlara utanç, saygısızlık ve hatta şiddet yoluyla götürülmemize izin verdiğimizde olduğu üzere, aynı zamanda bilinçli olarak istediğimizde daha büyük sonuçlarla meydana gelir. Tüm eski ıvır zıvırları muhafaza ettiğimiz dolabı temizlemek gibidir. Günümüzde fiziksel dünya ve kendi bedenlerimiz, yüzleşmek istemediğimiz, uzun zamandır görmezlikten gelinen korkuların bir deposu olan bu dolap haline gelmiştir.

Günümüzde kolektif insan topluluğumuz, yerküreye getirdiğimiz hastalıklarla yüzleştikçe ve yerküre enerjileri ihtiyaç duyulmayandan kurtuldukça bu arınma işlemine çekilmektedir. Bi-

zim bugün korku veren sıklıkta deneyimlediğimiz, dikkatimizi hemen dünyevi hayatımıza ve yaşamın devamlılığı için yerkürenin kaynaklarına bağımlılığımıza çeken depremler ve diğer doğal afetler, birçok yerli kültürde bu daha büyük arınma işleminin bir parçası olarak görülür. Bu daha büyük arınma işlemi, kadınların aylık olarak bedenlerinde olan şeylerden veya kişisel hastalıkların iyileşmesi yoluyla olan şeylerden farklı değildir. Dünyaya gelmenin, dünyevi yaşamın spiritüel doğasını, tüm kutsallığını kabul etmenin ve onu aşağılayacak her şeye karşı bu kutsallıkla uyum içinde olmanın somutlaşması işlemidir.

Bu arınma bilinçli hale gelen yeni bir bilgelik bedeninin, bütünlüğün bilinçli kabulünü ve ruh ve maddenin birleşimini içeren bir bilgelik bedeninin önünü açar. Bu işlemin nasıl bir parçası olduğumuz, her birimiz için kendimize özgüdür. Ancak burada, kadınlar arınmayı içeren ve ona dayanan yöntemleri bünyesinde barındırdığından dolayı, kadınların kilit rolü vardır. Bhai Sahib'-in dediği gibi, biz 'safız', doğaya, yerküreye, madde içinde hareket halinde olmasından dolayı yaşam gücüne daha yakınız. Bu durum demektir ki, bilincimizin arınma işleminde eşsiz bir rolü, direkt ve etkin bir katkı sağlama biçimi vardır.

Bu arındırma gücüne hepimiz saygı duymalı, kişisel hayatlarımızda ve kolektif gezegensel yaşamlarımızda meydana gelen değişikliklerdeki rolünü kabul etmeliyiz. Ancak biz genel temel kuralların daha çok farkına varıyoruz. Bu kurallar, vücut bulmaya saygı duymayı, spiritüel gizemin merkezi olarak fiziksel boyutumuza güvenmeyi ve bu gizem ve bütünlüğe olan insan olmamızın saklı gerçekliklerini ve tüm yaşamdaki yerimizi keşfedebileceğimiz tek yer olan arzumuzu takip etmek için kendimize izin vermeyi içerir.

Bölüm V

Güzellik

"Gençliğiyle güzel olan Dişi Buda'ya hürmetler
Beyaz lotusun ve tabiatta ayın merkezinde oturan
Lekesiz şefkat ve bilgi yayarak
Karlı dağların ışıltısını yakalayan

Yüzü bir milyon sonbahar ayının
Güzelliği ile birleşen ona hürmetler
Büyük gözleri şefkatle bakan
Neşeli ağzı her şeyi eşit derecede onaylayan

Göksel kıyafetine hürmetler
Omuz fuları ve eteği
Bedenini gökkuşakları gibi saran
Kristal dağları saran"

İlk Dalai Lama (1391-1474)

Kalp sızısına neden olan bir güzellik vardır. Dönüştüren ve ilham veren bir güzellik, giderek bizi daha yakınına getiren bir güzellik... Neyin daha yakınına? Sevgiliye, benliğimize, doğaya, yaşamın özüne, ilahi olana gerçekten fark etmez. Bir dereceye

kadar önemli olan tek şey yakınlıktır ve o yakınlık içerisinde hayatta olan her şeydir özgün bir güzellikle karşılaşıldığında sıklıkla farkına varılan açık sözlülük, hassasiyet, samimiyet ve şefkatli aidiyet hissidir.

Arındırma gücü gibi güzelliğin gücü de kadınların evrene olan yakınlığı ile ilgilidir. Ruh net bir şekilde görülebildiğinde güzellik ışıldadığından dolayı, güzellik vasıtasıyla yerküre ve ruh arasındaki bu saf bağlantı apaçık ortadadır. İlahi olanı fiziksel olanla birleştirmek üzere, aynı temel kadınsı gücün farklı bir yönüdür.

Kaliforniya'dan yeni bir anne, uzun bir doğumdan sonra kollarına konulan yeni doğan oğluna söylediği şaşırtıcı ilk sözleriyle, güzellikle ruh ve vücudun birleşimi arasındaki ilişkiyi açıklar: 'Onu ilk kez gördüğümde, yapabildiğim tek şey gülmek, ağlamak ve şöyle söylemekti: "Merhaba Güzellik! Merhaba Güzellik!" Sadece gözlerinin içine ışıkla dolu olan ve kusursuz minik bedenine baktım ve ona tekrar tekrar "güzellik" diye seslendim.'

Bu kitaptaki diğer güçler gibi güzellik, bizi yaşamın bir parçası olduğumuzu bildiğimiz yere ve bilinçli olarak varoluşun sevgi veya huzur gibi sonsuz güçleriyle çalışabildiğimiz yerine direkt götürür. Güzellik ve sevgi neredeyse ayrılamaz. Güzel olanı severiz ve sezgiyle güzelliğe saygı duyarız. Huzur güzelliğin bir parçasıdır, çünkü güzellikte her şey birbiriyle ve bütünle uyum içerisindedir.

Kuşkusuz büyük sanatçılar renkler, biçimler ve bu dünyanın malzemeleri yoluyla dönüştürme yeteneğini bilirler, ancak aynı şekilde bedenini kendi haysiyetinin farkındalığıyla taşıyan bir kadın da veya tüm odanın atmosferini doğru masa üzerine doğru çiçeği doğru ışığı alacak şekilde koyarak değiştirebilen bir kadın da bunu bilir.

Birçok modern kadın için güzellik, çekiciliğe dair baskıcı bir vurgunun ve güzelliğimizin altında yattığı eşsizliğimizi ifade etmek yerine buna uymamız için dayatılan korkunç baskının içinde kaybolmuştur. Kadınlar dış dünyada çok fazla güç ve olanak

elde ederken, ataerkil ideallerin iç ve dışın son derece yakın bir karışımı olan, şekiller dünyasıyla uyum içerisinde şekilsizi yaşama şekli olan, görme, hissetme ve güzelliğin gerçek gücünü somutlaştırma yeteneklerini zayıflatmasına izin verdiler.

Batı'da sevgi ve ustalık yoluyla onurlandırılan gerçek güzellik, yeni binalardan giysilere ve günlük ürünlere kadar her şeyde verimlilik ve kâra karşılık takas edilmiştir. Güzelliği meydana getirmek zaman ve ilgi ister ve ayrıca hissetme istekliliği gerektirir ve biz genellikle bizi derin yakınlıktan başka tarafa yönelten, tükenen bir ilgiye sahip bir dünyayız.

Ama güzellik yaşamın temel bir boyutu birçok gelenek onu ilahi bir nitelik olarak sayar. Güzellikle olan bağlantımızı kaybettikçe, bu derin ve kutsal seviyede kendi benliğimizle bağlantımızı kaybettik. Bu ataerkil kültürümüzün trajik bir yönüdür varoluşun güzelliğini yaşamamızı unutmamıza sebep olmuştur.

Güzelliği unutan bir kültür, insan bilincinin bedenlerimiz ve duyularımız vasıtasıyla kutsal olanı muhafaza etmede, gerçek olana saygı duymada oynaması gereken rolü unutmuştur. Güzelliği unutan bir kültür, sevgiyle nasıl çalışacağını unutmuştur.

Bu unutma tamamen gerçekleşmeden önce, güzellik onu idrak etmemizi ve somutlaştırmamızı ister. Bu, en içten şekilde görülmek ve deneyimlenmek isteyen ve gerçek doğası itibarıyla korunmak isteyen yaşamın kendisidir. Güzelliğe saygı duydukça, yaşamla düzgün bir ilişkiye düzenin, alçakgönüllülüğün ve aidiyetin olduğu bir ilişkiye gireriz.

Güzelliğin Dansı

Güzelliğin gücü bizi, derin ve şekilsiz olan içtekiyle, şeklin dıştaki uçlarına kadar ikisi arasındaki bir dansa çeker. Yaşamdaki diğer güçlerden farklı olarak, kalbimiz yoluyla bizi uyum ve sevginin kısıtlanmadan aktığı ve dünyamızın en özel detaylarına kadar her türlü yere götürür.

Bir çiçeğin kokusunu koklarız, harika bir eriğin tadına bakarız veya yüzümüzde serin yağmuru hissederiz ve varlığımızın, içindeki bir okyanusun nabzı gibi atan dalgalarıyla rahatladığı, kelimelerin ve zamanın ötesinde bir yerine taşınırız. Ancak yaşamın güzelliğiyle içe doğru yolculuk etmemiz gibi, aynı zamanda diğerlerinin bilmesi ve hissetmesi için dışarıya içsel güzelliği sunarız. Güzellik bizi iç gerçekliğe götüren ve orada saklanınamamız konusunda ısrar eden ve tekrar dışarıya çağıran bir kanaldır.

Güzellik bize yaşamı olduğu gibi idrak etmek için sayısız olanak sunar. Güzel olan bütün şeyler yüreğimize hitap eder ve algılarımızı kaplayan tüm tozu siler süpürür, gerçek olanı görmemize ve bilmemize olanak sağlar. Aynı zamanda kalp gözü açıldıkça, güzelliklerin daha çoğunu görür. Güzelliğin gücü, dünyayı olduğu haliyle tanımayı arzulayan bu bir ileri bir geri eşsiz, özgün kalbimizi ve tanınmak için çok fazla yol sunan dünyanın kalbini teşvik eder ve destekler.

Güzelliğin bu dansı, huzur, sevgi ve birliğin şarkısına taşınır. Birlik olmadan güzellik yoktur. Aristoteles'in söylediği gibi, güzellik tekil parçaların kendi içinde ve bütünle uyumudur. Bu uyumda ayrıca her şey doğru yerine ulaşıp orada kaldığından dolayı, huzur buluruz. Bu güzellik, vazgeçmek istediğimiz her şeyin çirkinlik, şiddet, başarısızlık, kusurlar, acı ve karanlığın bile yaşamın bütününde kendi yeri olduğu, çekiciliğin ötesinde bir güzelliktir. Wabi sabi gibi kusurluluğu vurgulayan Japon sanat biçimleri, görmezden gelmek veya yadsımak isteyebileceğimiz şeyleri kapsayan bir bütünlüğün güzelliğini açığa çıkarır.

Güzelliğin derin gücü, böcekler ve çamurun yanı sıra gökyüzü ve kuşları da içeren yaşamın tümü vasıtasıyla parıldamasıdır. İmkân dâhilinde ulaşabildiği her yerde yansıyan bir birliktir.

Güzellik, tüm yaşamla aynı anda atan bir kalbe güncel bir davettir. Bu davet süregider. Her zaman binalar inşa edeceğiz, bedenlerimizi giydireceğiz ve onlara bakacağız, yeryüzünün kışın tertemiz beyaza, baharda zümrüt yeşiline bürünmesini seyre-

deceğiz, sonsuzluğun açık bir gözü gibi ay, geceleri üzerimizde parlayacak.

Temel bütünlüğünden dolayı, güzelliğin sarhoş etme, zihni sakinleştirme ve bizi koşullu alışkanlıklarımızdan özgürleştirme gücü vardır. Düşünce veya kavram tarafından zorlanmak, gerçekten çok özgürleştirici ve çok kapsayıcıdır. Işığın, dünyevi malzemelerin, simetrinin ve ölçünün etkilerini anlayan biri tarafından tasarlanan güzel bir binada olduğumuzda bize ne olur? Veya bir usta tarafından yapılmış bir resmin önünde dikildiğimizde? Veya içsel güzelliği dışa vuran bir kişiyle karşılaştığımızda? Veya kimsenin bizi izlemediği, yargılamadığı doğada yalnız başımıza kaldığımızda?

Birçoğumuz güç dinamiklerinden uzak olarak güçlerle çalışmada deneyimli olmadığımızdan dolayı, güzelliğin gücünün çalışmasına bilinçaltımız kanalıyla izin veririz. Sonra onun gücü, sahip olmaya ve kontrol etmeye çalışan gölge dinamikleri yoluyla tezahür eder ve eğer böyle olmazsa, güzel olanı yok eder. Bir kadın güzel olduğu zaman, diğer kadınlar genellikle kıskançlık ve öfkeyle tepki verir. Erkekler ona sahip olmak ister, eğer olamazlarsa, onsuz yaşamamak için onu veya kendilerini yok etmek isterler. Truvalı Helen'i ve ona kimin sahip olacağına dair mücadelenin neden olduğu yıkımı hatırlar mısınız? Güzelliğin gücü potansiyel olarak bu kadar eksiksiz olan sıklıkla en büyük güvensizliklerimizi veya yeterli olmadığımıza dair korkularımızı uyandırır.

Güzelliğin gölgesi kültürümüzde her zaman ve her yerde o kadar mevcuttur ki, onu artık o şekilde tanımlamayız. Güzelliği satın alabileceğimizi veya güzellik için çabalayabileceğimizi düşünürüz. Bedenlerimizin ve yerkürenin bedeninin gerçek güzelliğine karşı o kadar muazzam miktarda şiddete ortak oluruz ve statüko olarak o kadar bilinçsizce onu kabul ederiz ki çimlerimize nasıl baktığımızdan ne kadar makyaj yaptığımıza, çekicilik için sağlığımızı ne kadar bozduğumuza kadar güzelliğe yaklaşmak için ne kadar çaresiz olsak bile, pek çok kültürel kuralın bizi

gerçek güzellikten uzakta tutmaya devam ettiğini görmezlikten geliriz. Güzelliğin uyumu bizi hayata bağlar. Bu yakınlığın kırılganlığına ve gereksinimine dayanamayan bir kültürüz, bu yüzden kontrolün, mülkiyetin ve ayrı olma hissinin daha güvenli alanına başvururuz.

Ama eğer güzellikle birlikteysek ve güzelliğe hizmet ediyorsak, onun gücü bizi besler ve güçlendirir. Bu potansiyel, çevresel koruma hareketimizin ilk kurucularından Rachel Carson tarafından şöyle tanımlanmıştır: 'Dünyanın güzelliğini düşünenler, yaşam sürdüğü müddetçe devam edecek olan gücün kaynağını bulurlar. Sevgi, güzellik ve besleme arasındaki bağlantı, aynı zamanda 13.yüzyıl döneminde Sicilyalı şair Jacopo Da Lentini tarafından da tarif edilmiştir:

"Sevgi kalpten gelen bir özlemdir
Müthiş güzelliğin üzerinden akan
Ve gözler onu ilk doğurandır
Ve kalbin ekmek niyetine kendine verdiğidir."

Güzelliğin gücü egonun gölgesini atlattığı zaman, yaşamı koruyacak ve destekleyecek şekillerde hareket etmemiz için bize ilham verir. San Francisco'dan bir fotoğrafçının asistanı, yakın zamanda güzellikle karşılaşmasını ve onun faydalı etkilerini şöyle açıkladı:

"Bir mankenle fotoğraf çekiminde birlikte çalışıyordum ve bu kadın o kadar güzeldi ki. Onunla ilgili bir şey sadece çok güzeldi ve onu açıklayamıyordum bile ve tüm varlığımdan o kadını bir şekilde korumaya yönelik iyi olduğundan, üşümediğinden, ihtiyacı olan şeye sahip olduğundan emin olmak gibi çok güçlü bir karşılık hissediyordum. Onun güzelliğine ve benim ilgi ve koruma tepkime sanki derinden bağlantılı gibiydiler çok şaşırmıştım. Gerçekten böyle bir deneyimi daha önce hiç yaşamamıştım."

Anneler bu tepkiyi, bir çocuğun güzelliği karşısında anlarlar. Çevreciler doğal dünyanın güzelliğinin korunmasına yönelik

bu ihtiyacı bilirler ve elbette, birçok erkek güzel bir kadına karşı bu tepkiyi anlayacaktır. Orta Çağ'da şövalyelik idealleri ve saray aşkı uygulamaları, güzel bir kadının hizmetindeki şövalyeler için davranış kurallarının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu davranış kuralları o dönemdeki Troubadour şiir sanatında (Troubadourlar 12. ve 13.yüzyılda Fransa'da yaşamış lirik şairler ve şair müzisyenlerin genel isimleridir) anlatılmıştır. Böyle şiirler aynı zamanda güzelliğin ilahi veçhesini, arzunun gücüyle nasıl bağlantılı olduğunu gösterirler. Çünkü troubadourların sevgisine, sevilen kişiye hiçbir zaman tam olarak sahip olunamayacağı, arzunun hiçbir zaman tatmin edilemeyeceği bilgisi her zaman eşlik ederdi. 12.yüzyıl şairlerinden Peire Vidal'den:

"Hayranlık ve saygıyla büyük bir pencereden bakarken
İhtişama dayalı güzellikle ışıldayan
Onu görmek, kalbim o kadar yumuşak hale gelir
Onun güzelliğinin parıltısında kendimden geçerim
Kestiğim sopayla birlikte, Aşk bana acı verir
Kraliyet ülkesinde bir gün
Kalbimin hatırlaması için bir öpücük çaldım:
Sevgilisini göremeyen adam için!"

Bu şiirde bir troubadour 'onun güzelliğinin parıltısında kendinden geçiyor' ve bu belki, güzelliğin gücünün kilit noktasıdır. Bir anlığına veya daha fazla yalıtılmış, ayrı veya yalnız değiliz. Daha ziyade benliğimizin sıradan hissi daha büyük ve daha kuşatıcı bir şeyde akıldan çıkıyor. Bu benötesi bir güçtür ve bizleri benliklerimizin ötesinde başka bir âleme götürür. Troubadour, kalbin ve ruhun alanı olan 'kraliyet ülkesine' götürülüyor. Burada her türlü gücü sevgi, arzu, hizmet, kutsalın tanınması keşfediyoruz. Ruhun memleketinde dünya meseleleri çok az şey ifade ediyor ve her şey sevgiye hizmet etmekten ibaret.

Ancak Şövalyelik uygulamasında yaşamda bu boyut, eylemler ve davranışlarla tam olarak yaşanıyor. Sanki adanmamızı

sadece Tanrı hak edermiş gibi yaşamdan saklanma durumu değildir, adanmamızı doğuran bir toplum yaratan bir modeldir.

Diğer bir 12.yüzyıl şairi Arnaut Daniel de Riberac'tan bu adanmanın nasıl beslediğini ve arındırdığını duyarız:

"Her gün daha iyi, daha saf büyüyorum
Dünyadaki böyle ve daha fazlasını iddia ediyorum
En asil kadına hizmet ettiğimden ve ona taptığımdan dolayı
Ayaklarımdan başıma kadar onunum
Ve soğuk rüzgârlar esse bile
Kalbimde sevgi hüküm sürer ve
En şiddetli kışların sakladığı sıcaklığı elde eder."

Güzelliğe sadık kaldığımız sürece, en şiddetli kışlarda saklanan sıcaklık ve sevgiyle, yaşamlarımız için zemin hazırlayan ve bizi besleyen gizemli bir sıcaklıkla ayakta dururuz. Güzellik bize günlük yaşamımız boyunca saygı duyma ve hizmet etme, en derin yakınlıklarımızı ve ihtiyaçlarımızı karşılama yolunu sağlar.

Güzellik ile sevme yeteneği arasındaki derin bağlantı, 1981'-de Bosna Hersek' teki bir köyde bir grup çocukla Meryem Ana görüntüsü arasında başlayan bir konuşmada açıkça ifade edilmiştir. Genç vizyonerlerden biri olan Marija, Meryem Ana'nın belirli bir ziyareti hakkında yazar:

"Bir gün O'na şöyle sorduk: 'Nasıl bu kadar güzel olabiliyorsun? Çünkü güzelliğini bu kalabalıklara açıklayacak kelime bulamıyoruz.' Meryem Ana gülümsedi ve şöyle söyledi: 'Güzelim, çünkü seviyorum.'"

Güzellik ve Kadınsılık

Meryem Ana'nın çocuklara söylediği gibi, güzellik sevgide hayattadır. Eğer güzellik gölgemizi hatırlatmazsa, bizi temiz kalp alanına, dünyanın kalbine taşır. Örnek olarak doğanın güzelliği sadece kalbimizin bir parçası değil, aynı zamanda anima mundi'-

nin, evrenin kalbinin veya ruhunun bir parçasıdır. Çimenlik bir alanda yürüyüş çimlerin üstünde hafifçe yürümek, kuşların ötmesi, yaz sıcaklığını veya kuvvetli kış sertliğini kaplamak bizi direkt olarak, yaşamın ilahiliğinin ruhumuza dokunduğu ve bizi kendisine çağırdığı bu boyuta getirebilir.

Güzelliğin bu ilahi yönü dünya çapında farklı kültürlerde değişik şekillerde temsil edilmiştir. Bu ilahi yön, güzellik tanrıçalarıyla karakterize edilmiştir veya güzellik ve uyumu, mutlak olanın ifadeleri olarak vurgulamalarının yanı sıra bizi mutlak olana götüren bir vasıta olduklarını da vurgulayan spiritüel uygulamalar yoluyla Budist çiçek düzenlemesi olan ikebana gibi veya hayalde canlandırma ve mantra uygulamaları gibi anımsatılmıştır. Mutlağın bu yönü genellikle kadınsı olarak anlaşılır.

Güzellik, başlangıçtan beri var olan bilgelikte bilinçli olarak uyanık olan, Afrodit ve Venüs gibi güçleri cinsellikleriyle birbirine karışmış olan büyük Tanrıçalar veya güzelliği, spiritüel özgürlüğünün ve tutkusunun bir yönü olan Kuan Yin veya Tibet Dakinileri'nin azgın ve vahşi güzellikleri vasıtasıyla ifade edilir. Sufizm'de güzellik, Tanrı'nın her yerde var olan kadınsı boyutu olarak bilinir. Sufi öğretmen Llewellyn Vaughan Lee şöyle açıklar:

Sufi için bu dünya ilahi olanın açığa çıktığı bir yerdir: İlahi olanın güzelliğini ve harikalığını deneyimlemeye ve öğrenmeye gelebileceğimiz bir yer. Evrenin birçok yüzünde, Yaratıcımızın tek bir yüzünü görebiliriz. Açığa çıkmanın dramı budur, Tanrı'nın saklı yüzünün şekiller dünyasının katlarında, İlahi olanın tezahür ettirdiğinin kadınsı gizemini içinde barındıran evrenin birçok biçiminde Sufilerin 'Kun! (Ol!)' kelimesinin gizemi olarak adlandırdığı nasıl görünür, somut hale geldiğidir.

İlahi olanın bu açığa çıkmasının başlıca niteliği, kâinatın güzelliğidir. Kâinatın gizeminde İlahi olanın güzelliği, bir kelebeğin kanatlarının kırılganlığından karla kaplı dağ sıralarının heybetine kadar en görünür haldedir. Güzellik aynı zamanda insani yaratıcılığımızla, müziğin ruhumuza nasıl dokunduğu, bir tablonun kalbimizi nasıl heyecanlandırdığı ile ilgilidir. Evrenin gizeminin

bir parçası olarak, güzellik ilahi kadınsılığın bir niteliğidir. Melekler dünyasında bile güç melekleri ve güzellik melekleri olduğu söylenir: güzellik melekleri ilahi kadınsılığın bir ifadesidir.

Güzellik Tanrı'nın kadınsı yönüdür ve kadınsı olan her şeyde olduğu gibi kadınlarla özel bir bağlantısı vardır. Bu bağlantı sadece kültürel veya şartlara dayalı değildir, kadının varlığının bir yönüdür. Kadınlar ve bu tanrısal nitelik arasındaki bağlantı, Sufizm'de açık bir şekilde belirtilmiştir. Llewellyn şöyle devam eder:

"Güzellik ruha dokunduğunda, ruh Tanrı'ya yönelir; kadınsı veçhesinde Yaratıcısı'nın emsalsiz güzelliğini hatırlar ve ilahi güzelliğin sayısız ifadelerinde, kadın biçiminin en yüksek niteliği barındırdığı söylenir; çünkü o, Harika Sanatçı'nın en güzel yaratımıdır. Ünlü Sufi İbn Arabî'ye göre 'Kadın, dünyevi güzelliğin en yüksek biçimidir, ancak dünyevi güzellik İlahi Nitelikler'in bir tezahürü ve yansıması olmadığı takdirde hiçbir şeydir.'

Sufi şiirinde bir kadının özelliklerinin her birinin İlahi Olan'ın niteliklerini temsil etmede nasıl sembolik önemi olduğuna dair zengin bir sembolizm vardır. Örnek olarak, göz, Tanrı'nın görüşünün gizeminin niteliğini sembolize eder; ben veya dudak üstü beni İlahi Öz'ün kendisine işaret eder; buklesinin bükümü veya kıvrımı, İlahi gizemler için bir metafordur:

"Saç lülesinin buklesinden gelen mis kokulu esintiyle
Ebediyen sarhoşum;
Büyüleyici gözlerinin harap eden hilekârlığı
Her nefeste beni harap ederken.

Evrenin güzelliği vasıtasıyla, Yaratıcı'nın güzelliğini bilebiliriz. Sufi için İlahi Varlık kendi içinde bilinemez; 'Tanrı dışında hiç kimse Tanrı'yı bilemez.' Ancak evren vasıtasıyla İlahi Olan'ı öğrenebiliriz ve bir kadın bu İlahi Güzellik'in en yüksek, en kusursuz tezahürüdür ve Rumi'nin kelimelerinden:

Bir kadın, ince tüller arasından Parlayan Tanrı'dır."

Kadınlar, ilahi olan ve güzellik arasındaki bu bağlantı, bir kadının varlığının her hücresinin bir parçasıdır. Bir kadının kendi ilahi potansiyelinin, ilahi kabiliyetlerinin ve hayattaki sorumluluklarının bir yönüdür. Llewellyn'in bir önceki bölümde açıkça ifade ettiği kadınların çakralarındaki bir madde ile ve 'fiziksel dünyaya bir ruhun ışığını getirme, doğurma potansiyeli' ile ilişkili olan kadınların saflığına ve cinselliğine bağlıdır.

Sufi Müslüman Şeyh Muhammed Hişam Kabbani, Cebrail Meleği tarafından rehberlik edilen Peygamber Muhammed'in semavi âlemlere yükselmesini anlatırken, kadınlar ve güzellik arasındaki ilişkiyi daha çok aydınlatır. 'Gece yolculuğunda' Muhammed yedi semavi âlemden geçirilmiştir ki bunların beşi 'Güzellik ve Saadet Bahçeleri' olarak tanımlanır.

"Peygamber sordu: 'Cebrail, bu Cennet'in sırrı nedir?' Cebrail şöyle dedi: 'Tanrı bu Cennet'i kadınların güzelliğini ve kusursuzluğunu yansıtmak için yarattı. Bu Cennet'in ışığı, dünyadaki tüm kadınların meleksi ışıklarının kaynağıdır. Kadınlar evrenin sırrını kendilerinde taşımak için yaratılmışlardır. Tanrı, onların rahimlerini Ruh'u temsil eden Kendi sözünün muhafaza yeri yaparak fazlasıyla onurlandırmıştır. En kutsal yere bakar ve oraya merhamet ve lütfunu indirir. O yeri kusursuzlaştırmıştır ve herhangi bir hasardan korumak için üç koruyucu katmanla kaplamıştır. İlk katman ışık, ikincisi sevgi, üçüncüsü güzellik katmanıdır. Kadınlar erkeklere göre daha zayıf değil, daha cömert yaratılmışlardır. Güzellik başkalarının canını acıtmaktan ve başkalarına zarar vermekten nefret ettiği için, kadınlar erkeklerden daha güzel, daha yumuşak yaratılmışlardır. İnsanlara zayıf görünmelerinin nedeni budur, ancak gerçekte zayıf değildirler. Melekler, yaratılan varlıkların en güçlüleridir ve kadınlar erkeklere göre melek doğasına daha yakındırlar ve meleksi ışığı taşımaya daha çok hazırdırlar."

Gece Yolculuğu'nun bu hikâyesinde Şeyh Kabbani, kadınları bu kitapta tanımlanan sayısız güçle ilişkilendirir:

"Tanrı kadınlara erkeklerin sahip olmadığı beş meleksi nitelik vermiştir. Tanrı, 'kendileri ile huzur bulasınız diye' (30:21) onları yarattığını söylediği üzere, onlar huzur kaynağıdırlar. 'Huzur Mekânı' ola-

rak adlandırılan ilk Cennet'in niteliği budur. Kaos ve değişimin ortasında değişmezlik vahalarıdır. Anne, babaya göre daha güvenilir bir şekilde çocuğunu beslediği ve koruduğu için kadınlar doğum yaparlar. 'Değişmezlik Mekânı' olarak adlandırılan İkinci Cennet'in niteliği budur. Nesilleri sürdürürler. Onların yavruları vasıtasıyla Tanrı, meleklerin Cennet'te O'nun ebedi hatırasını pekiştirmesi gibi, dünya üzerinde de bunu yapacak olan meleksi peygamberler ve azizler yaratır. 'Sonsuzluk Mekânı' olarak adlandırılan Üçüncü Cennet'in niteliği budur. Onlar cömert ve eli açıktırlar. Tüm kutsal metinlerde 'verimli bir toprak' olarak tanımlanırlar, çünkü yaşam dâhil her şeyi hesapsızca verirler. Başka bir yaratım için kendilerini kurban ederler ve bu 'Koruyucu Bahçe' olarak adlandırılan Dördüncü Cennet'in bir niteliğidir. Son olarak, onlar Güzellik' in kaynağıdırlar. Onların yumuşaklığı ve incelikleri vasıtasıyla Tanrı, meleksi lütfun tacıyla dünyayı taçlandırmıştır. Bu 'Güzellik Bahçesi' olarak adlandırılan Beşinci Cennet'in bir niteliğidir.'"

Bu pasaj son derece gizemlidir ve kadınları çok geleneksel kalıplara sıkıştırıyor gibi görülebileceğinden dolayı kolaylıkla yanlış anlaşılabilir. Ancak kadınların kendi içlerinde bu 'meleksi' niteliklerini araştırmalarına ve kültürel çarpıtmalardan onları kurtarmalarına ihtiyaç vardır. Psikolojik memnuniyetten ziyade ilahi huzurun bir ifadesi olarak yaşamda doğal, içsel bir rahatlamaya değer vermeyi öğrenebiliriz. Kaos ve değişim sırasında, kültürümüzde sıklıkla hiçe sayılan annelikle ilahi soğukkanlılığımız arasındaki bağlantımızı yeniden kazanmak için bunu yapabiliriz. Sevgi için kendimizi feda etme istekliliğinin her zaman bağımlı veya kendi kendine zarar verici olmayabileceğini, yaşamı yaratma ve koruma kapasitesiyle ilişkili bir tanrısal nitelik olabileceğini kabul etmek için bunu yapabiliriz. Aynı şey 'yumuşaklığımız' ve 'inceliğimiz' için de geçerlidir bu nitelikleri 'daha az önemli' ve 'daha zayıf'ın kültürel çöp kutusundan çıkarıp onların tanrısal potansiyelini yeniden kazanmak için bunu yapabiliriz.

Güzellikte kadınlar yumuşaklığın ve açıklığın gücünü anlarlar ve yaşarlar, çünkü güzellik kapalı kapılardan veya psikolojik zorluklardan geçemez. İçten dışa açık bir kanala ihtiyaç duyar

ve bedenlerimizde ve tüm duyularımızla hissettiğimiz enerji akışındaki ince değişim ve kaymalara uyumumuzla gelişir.

Dış Güzelliğin İçsel Gerçeği

Güzelliğe saygı duymanın püf noktası, asıl doğamızın gerçeğini kabul etmemizi, açık kalmamızı ve derin içsel gerçekliğimize açık olmamızı içerir. Advaita Vedanta'nın ikili olmayan geleneğinin bir öğretmeni olan Pamela Wilson, güzellikle asıl doğamız olan temel hiçlik arasındaki ilişkiyi açıklar:

"Güzellik, şekilsizliğin parlaklığının olasılıkla ışıldamasıdır. Güzellik, kendisine tam olarak adanmış şekilsiz olandır. O, 'Bak şekli ne kadar çok seviyorum! Her şeyi güzelleştiriyorum!' diyen şekilsiz olandır. O hem nefes alma, hem nefes vermedir. Nefes verme parlaklık ve kutlama; nefes alma dinlenmeye yaklaşma, doyum, memnuniyettir.

'Güzel' kelimesinde 'tam' kelimesi vardır (İngilizce 'Beautiful' kelimesinde, Türkçesi 'tam' olan 'full' kelimesinin yer almasına atıfta bulunuluyor). Bu, zaten tam olan bir şeydir. Olasılıkla doludur! Bunu fark etmede mutlak bir tevazu vardır. Zihnin ona herhangi bir şey eklemesine gerek duymaz. Kendisine hiçbir şey eklemez. Zaten eksiksizdir."

Pamela'ya göre kadınlar alçakgönüllülük ve açıklık vasıtasıyla, güzel olan üzerinden tezahür eden bu şekilsizlikle doğal olarak uyumlanırlar. Şu şekilde devam eder:

"Kadınlar bu doğal tevazuya sahiptir. Bizim her şeye izin veren bir şekilsiz, açık 'evet'imiz vardır. Masumiyet bizim asıl doğamızdır her şeyi büyük bir zevkle yapan açıklık. Ancak eğer asıl doğamızı bilmezsek, o zaman her şey otomatiğe bağlanır. Sadece zar zor tezahür eden, var olmamaktan parlayan bizim boşluğumuzla, içsel hiç benliğimizle, 'ben varım yokluğuyla ilişkili olan bu güzel masumiyeti fark etmeyiz. Yeni tezahür etmeye başlayan bu ilahi masumiyet, zihin tarafından kolaylıkla değersiz olarak yansıtılır, çünkü gerçekten hiçbir niteliği yoktur; şekilsizliğe o kadar yakındır. Eksik olarak görülür ve sonra düzenleme ve pekiştirme başlar. O eksiklik yoluyla o şekilsizliğe yakından veya derinden

bakma eğiliminde olmayız. Bunun yerine, bunun kişisel bir eksiklik olduğunu düşünürüz. Günümüzdeki birkaç harika sanatçıyla tanıştım ve onların hayret verici yetenekleri var, ama altında o aynı güvensizlik, aynı 'Nasıl gidiyorum?' sorusu mevcut veya böyle doğal dinginliği, sakinliği ve vericiliği olan annelerde, altta yatan aynı sorular ve şüpheler mevcut. Ama arkadaşlarımı daima bu en yüksek değere sahip olan saflığı, masumiyeti fark etmeye davet ediyorum. Bu, çok değerlidir. "

Pamela, güzelliği yaşamanın, üzüntülerimizin ve açık olmamızın sorun olduğuna inanmaya bağlı kaldığımız halde, kalplerimizin açık olmasına izin vermek, devam eden.hassasiyetimize ve ilgimize izin vermek anlamına geldiğini söyler:

"Kadınlar kalplerin kalbidir. Gerçekten çok hassas aletler taşıyoruz. Çok derinden hissediyoruz ve çok derinden ilgileniyoruz ve sonra, kalbin kalbinin gerçekten derin, sarsılmaz sevgiyle her şeyi, aileleri, insanlığı, hayvanları, ekosistemi taşıdığı gibi biz de her şeyi taşıdığımızdan dolayı bu kadar bunalmamızın nedeni budur. Sonra, sonsuzla bu kendiliğinden bunalmış olma halini düşünce, 'Uyanık değilsin!' hikâyesi yaratmak için kullanabilir. Kendimizi kaptırdığımız yer burasıdır. Bu merhametli üzüntüden, bu her şeye açılan saflıktan şüphe etmemize izin veririz ve kendimizin eksik olduğuna dair somut hikâyeye döneriz, böylece eksikliğimizde gerçekten birisi olduğumuzu hissederiz."

Kadınlar toplantımızda kadınlar bu gerçekten boş olan bir şeyi somutlaştırma eğilimini çok çabuk fark eder. Bir kadın açıklığı görür, bedenine ve zihnine bu doğallığın değerini gösterir.

Kadınların bu hiçbir şeye dair, dik dik bakma ve itme vasıtasıyla onunla farklı bir şekilde ilgilenen erkeklere göre farklı bir algıları vardır. Ama kadınlar için bu yalnızca çabasız bir şekilde olur. Maskelere saygı duyma yoluyla olur hepsi sadece iner.

Meditasyon uygulamasının çoğunluğu, düşüncenin beslemesinden ayrılmak içindir. Masumiyet, düşünceyi dinleyerek onu besler. Meditasyon sizi düşünceden uzak tutar. Eğer herhangi bir şeyi sabitleştirmek istiyorsanız, onu boşlukta sabitleştirmeyi deneyin. Bir süre sonra, doğallık kendisini fark eder etmez, her şeyin zekânın kendiliğinden bir eylemi olarak meydana geldiğini

görür. Kadınlar içlerindeki bu doğal şekilsizliği görebilirken ve tanıyabilirken, Pamela'ya göre zor olan şey, bu yere uygun yaşamak, onun kudretini ve gücünü bilmektir. Kadınlar kendilerini sevgi olarak bilirler. Ancak sevginin güç olduğunu bilmezler. Bu sevgide büyük güç vardır. Ancak kadınlar onunla rahatlamaya korkarlar. Kendimizi korumak için o dolu kalbi kapsamaya çalıştığımızda başımız belaya girer. Genel olarak sevgi, düşünce yoluyla yansıtılır. Ve düşünce sevgiyi küçümser ve onun şekilsizliğini görür. Bir sonraki varsayım, şekilsiz olmasından dolayı onun hafif ve kırılgan olması ve korunmaya ihtiyacının olmasıdır. Zihnimizin, bedenimizin ve saflığımızın bakış açısına göre iyi olan bir şekilde, kalbimizi sınırlarla çevririz, çünkü bu sınır derin, gerçek açıklığı incinmeden korur, ama sonra sevgi yaşamın güzelliğine kanatlarını açmaz.

Kalbi neden sınırlarız? İncinmekten korktuğumuz için değil, kendimizi başkalarını incitmekten koruduğumuz için sınırlarız. Bu büyük güç köklerini salmaya başladığında, bu rahatlamada panik ortaya çıkar. Panik, 'Kimseyi incitmeyeceğiz, değil mi?' der. Kimseyi incitmeyeceğimize dair bir kez onayımızı aldıktan sonra, kökleşmiş olan güzellik kendini gösterir. Sonra kadın rahatlayabilir ve sevginin gücünü gösterebilir. Bu, somutlaşmanın sarsılmaz olmasını sağlar. Sonra şekilsizlikte yaşamanın bir yolu vardır. Şekilsizlikte çok fazla güç vardır. Tüm gezegenleri durdurur! Kendisinin derinden köklenmiş sınırsız sevginin büyük gücü olduğunu bilen bir kadın VAY! Bu hepimizin arzu ettiği şeydir! Sarsılmaz bir güç ve net bir görüşle!

Zihin sadece engin, geniş hiçbir şeydir. Kalp saf sevgidir. O halde boğaz saf güçtür dağ gücüdür. Baş kalpte dinlenir, kalp büyük güçte dinlenir. Ve şimdi, güç, merhamet ve netlikle kendi yaratımında ilerleyen ilahi olan bir kadına sahipsiniz. Güzel! Görkemimizi ve itibarımızı bu şekilde tekrar elde ederiz. Onun arzusu kendisini ilahi olarak tanımaktır. Doğru olduğunu tepeden tırnağa bildiği şeyi yaşamak ister. Güzelliğin kendisidir. Eğer güzelliği anlamıyorsanız, sorabilirsiniz. Merak ettiğim her şeyi

sormayı içime sormayı seviyorum. 'İlahiliğini hissetmeme izin ver.' Giriş, sormaktır. Yaşam boyunca tek başınıza zorla yürümeye çalışmamak önemlidir. 'Yorgunum. Lütfen açığa çık.' Demek büyük bir alçakgönüllülüktür. İlahi olan eğilir ve 'Hepsi senin. Dur da sana göstereyim' der.

Güzellik Zamanı

Güzellik, şekilsiz içsel boyutları dış dünyaya bağlaması ve bizi bütünlük deneyimine davet etmesi ve yaratılmış dünyaya kutsal olarak saygı duyması açısından kadınların içindeki diğer doğal güçler gibidir. Ancak güzellik, gerçekten saklı kalamayacağından dolayı eşsizdir. Güzelliği görürüz, hissederiz, duyarız, ona dokunuruz ve onun şarkısını söyleriz. Algılarla birbirine bağımlıdır. Deneyebiliriz, ancak arzumuzu, yaşamın kutsallığını kabul etmemizi veya yaratıcı boşlukla çalışma yeteneğimizi saklayabildiğimiz şekilde güzelliği saklamak kolay değildir. Yerküreyi onurlandırabilir ve özel olarak yerkürenin ruhlarını kavrayışımızı yeniden kazanabiliriz, ancak yaşamda güzellikle yürüdüğümüzde, açıkta kalırız. Bu maruz kalma rahatsız, hatta tehlikede hissettirebilir ve genellikle ondan kaçınmak için her yola başvurabiliriz. Pamela saklı bir güzelliğin alegorisini anlatır:

"Küçük bir dükkândaydım ve garip bir yüzüğe yaklaştım ve onu elime aldım. Budaklı tuhaf bir metal kaplaması külçe halinde ve kalın vardı. Pek çekici değildi, ancak ona kapılmıştım. Tezgâhtar o yüzüğü eline alan tek kişinin ben olduğumu söyledi. Bir 'gezginin yüzüğü' olduğunu söyledi. Bana gösterdi bu kalın metal kaplamayı bir yana itti ve altında çok güzel bir inci ve zümrüt vardı. Çok güzeldi! İnsanlar seyahat ederken hiç kimsenin çalmayacağından emin olmak için böyle yüzükler takardı. Metal kaplama güzelliği saklar ve bakışların başka yöne çevrilmesini sağlar.

Anlayacağınız üzere bakışlar kadınlar bakışları saptırır. Güzelliğimizi yaşamak bizim için tehlikeli olmuştur. Hâlâ parıltıyı karatmamız

gerektiğini, örtmemiz gerektiğini, bakışları saptırmamız gerektiğini düşünürüz."

Bir dereceye kadar kadınlar hâlâ bu dünyadaki gezginler gibidir, bizden çalınacağı veya incineceğimiz korkusuyla gerçek olan şeyi saklamaya çalışırız. Ama bu çalınamaz; güzelliğimiz ve gücümüz o kadar derindir ki, bizden alınamaz ve onu daha çok gizledikçe, kendimizin onu unutma ihtimali daha çoktur.

Kadınlar için, içsel güzelliklerini ortaya çıkarma ve güzel olduğunu bildikleri şeye hizmet etme kapasitelerini yeniden elde etme zamanıdır. Varlığımızın gücüne ayak uydurmak için bunu yapmalıyız. Güzel dünya, bu yeteneğimizi ve sorumluluğumuzu unutma ve tasarruf, cazibe veya alınıp satılabilecek diğer şeyler için gerçek güzelliğin ticaretinde yer alma istekliliğimizden dolayı acı çekti. Gördüğümüz ve bildiğimiz gerçekleri savunmadığımızdan dolayı yaşamın acı çekmesine göz yumduk.

Güzelliği yaşamanın ve onu korumanın sonuçları olacaktır. Güzelliğin gücüne saygı duyan bir kadının, fiziki dünyamıza karşı yapılan saygısızlığa McMansion (Ç.N. ABD'de çevre mimarisi gözetilmeksizin ucuz maliyetle çevreye zararlı malzemelerle yapılmış olan seri malikânelere verilen isimdir.) Ve şerit tipi alışveriş merkezleri, toplumumuzun inşa ettiği ve sattığı ve bizim aldığımız her şeyin ortak paydası devam eden bir şekilde üzüntü hissetme ihtimali yüksektir. Doğal çevrenin yok edilmesini kaldıramaması ve onu koruma ihtiyacı hissetmesi muhtemeldir.

Ancak güzelliğe saygı duymamanın, hâlihazırda yerkürenin ve kalplerimizin hazinelerini körelten daha derin ve daha geniş bir toz bulutunu da kapsayan daha tehlikeli sonuçları bile vardır. Güzelliğin nefesi, tozu alır götürür, ilahi olanın mevcudiyetinin coşturucu yakınlığına olanak sağlar. Giderek daha çoğumuz güzelliğin bizi çağırdığını duyuyoruz, sanki onun da bize, bizim ona ihtiyacımız olduğu kadar ihtiyacı varmış gibi, onu dinlememizi istediğini, rüyalarımız, arzularımız ve sevgimiz yoluyla bize ulaştığını görüyoruz.

Hem Budist hem Sufi gelenekleri uygulamış olan Alman bir kadın, onu bekleyen topraklara güzelliğin dönüşü ile ilgili rüyasını anlatır:

"Çok haysiyetli ve güçlü bir adam, dört tekerlekli yük arabasının bağlı olduğu iki atı sürüyor. Yorgun görünüyor, çünkü onun için en önemli olan şeyi aramaktadır. Birçok yer ve ülke dolaşmış ve neredeyse onu bulabileceğine dair umudunu kaybetmiştir. Ama şimdi O'nu bulmuştur ve şimdi, aynı zamanda Eski olan Yeni topraklara giriyor. Atları sürüyor ve sonra arabanın arkasına büyük bir sevgiyle bakıyor. Onun bakışını takip ediyorum ve hayatımda gördüğüm en güzel kadını görüyorum. Kibarca, ışık saçarak arabanın arkasında oturuyor. Sade beyaz bir kıyafet giymiş. Uzun ve kuzgun gibi siyah saçları var. Yumuşak ve açık tenli. Büyük ve zeytin yeşili gözleri var. Bakışları uzak bir hakikate bakıyor. Tamamen teslim olmuş ve sadece Tanrı'ya ait. Elleri nazik bir biçimde kucağında duruyor ve zeytin renkli bir taşı olan sade bir yüzük takıyor. Yüzünün önünde yarı şeffaf bir peçe var ve çevresinde hafif, ılık bir rüzgâr. Erkek, onun yaşayabileceği güvenli bir yer arıyor, ama onu götürebileceği hiç-bir yer yok. Bunu fark etmemle birlikte ikisi de kayboluyor ve tek başıma kalıyorum."

Bu rüya gören ve birçoğumuza göre, gerçek güzellik için, ilahi olanın bir parçası olan ve kendi ruhumuz vasıtasıyla yaşanan ve varlığımızla yansıtılan, çok sevilen ve korunan, burada tarif edilen güzellik için güvenli hiçbir yer henüz yok. Ancak rüya gören kişi, güzelliğin dönüşünün henüz güvenli olmadığını bilerek güzelliğe olan ihtiyacı nasıl onurlandırabilir?

Birçoğumuz bu gerilimi güzelliğe dönmenin ve güzellikle uyum içerisinde yaşamanın derin ihtiyacı ile birlikte, yaşamdaki güzelliği nasıl inkâr ettiğimizin, nasıl yanıldığımızın, nasıl yok ettiğimizin kişiselin yanı sıra kolektif olarak da kabulünün derin ihtiyacını hissederiz. Bu gerilim hayal kırıklığına ve acizlik duygusuna yol açabilir, ancak aynı zamanda arzumuzu güçlendirebilir ve güzelliğe tamamen saygı duyulduğu bir dünyanın mümkün olduğuna dair içgüdüsel bilişimizi pekiştirebilir.

Rüyada topraklar hem eski bir topraktır, hem yeni bir topraktır. Rüya gören kişi, onu 'yaşamın dönmesini bekleyen, yaşamın beslemesini bekleyen' topraklar olarak tanımlar. Oysa bu topraklar biziz. Bu topraklar, kendi bedenimizdir. Topraklar, bireysel ve paylaşılan bedenlerimiz vasıtasıyla özlem dolu bir uyanıştır, bize daha fazlasına, başka bir şeye, gelecek bir şeye ihtiyaç duyduğumuzu anımsatır. Ve toprağı hazırlayan çiftçi gibi, sanki sevgiliyi beklermişçesine bedenlerimizi hazırlarız. Toprağı besleriz, tohumu ekeriz. Bilinçli hatıramızı unutulmuş dünyaya uyarlarız, gelecek için söz verilenle birlikte neredeyse terk edilmiş olan bir şeyi buluştururuz. Rüya gören kişi rüyası hakkında şunları yazar:

"Ruh'un ve İlahi Olan'ın bu niteliğinin hatırlanması, kişi her şeye saygısızlık yapılan bu insan yaratımı dünyaya bakarken katlanılmaz bir acıyı ve kederi beraberinde getirebilir. Ancak elbette günlük olarak kişi bu özelliği biraz daha yaşayabilir.

Bunu evimde ve bahçemde yaşayabilirim. Önce biri bahçeyi boşaltıp temizlemeli, alanı temizlemelidir. Sonra kişi hayvan dünyasından korunmuş bir alan, istenmeyen arkadaşları dışarıda tutacak bir çit veya çalılık yaratmalıdır. Sonra kişi toprağı kazar, C'nu açar ve işte sırrı taşıyan tohumlar buradadır. Kişi, potansi yellerini nasıl açığa çıkaracaklarını hiçbir zaman bilemez bazıları filizlenebilir, bazıları uzun bir süre uykuda kalıp bir yıl sonra bilinmeyen bir nedenle uyanabilir. Kişi tüm doğru koşulları sağlayabilir, ancak sonucu kontrol edemez. Doğa'nın kendi yolu vardır ve Doğa'yı hiçbir zaman anlayamayacağımızı düşünüyorum; kişi sadece onu kalben hissedebilir ve onunla kalben ilgilenebilir. Güzellik ve ahengin bu dünyaya gelmesine olanak sağlayan ilgi, alçakgönüllülük ve alandır. Kuşkusuz güzelliğin var olduğunu bilmek, onu istemeden onun bilincinde olmak, onun sihrinin ortaya çıkmasına olanak sağlar ve bir boşluk ve bir kap gerekli olan şeylerdir."

Kadınlar olarak bizler kendi hayatlarımızla çalışmanın yanı sıra bütünün yararına da çalışırken, bu kabı oluşturabiliriz. Yeni bir şeyin doğabilmesi için alan yaratmayı ve bu alanı korumayı anlarız bu gerçekliği çocuk doğuran anneler olarak deneyimle-

riz. Bedenimizle aynı zamanda çocuğumuzun da bedeni olduğunu bildiğimiz ilgilenir, onu korur, sağlıklı kalır, ihtiyaç duyduğumuzda dinlenir, iç sesimizi dinler, içsel hareketleri hisseder, doğru zamanı bekler, doğumun mucizesinin bize egemen olmasına izin veririz.

Güzellik için alan yaratmak, sahte güzelliğe, daha kolay, daha güvenli ya da o anda gerçek güzellik çok gizli göründüğünden dolayı kabul ettiğimiz ikamelere olan bağlılığımızı temizlememize dayanır. Gerçek güzelliği onurlandırmak demek, ikamelerin zamanımızı ve kaynaklarımızı harcamalarına veya bizim dikkatimizi dağıtmalarına izin vermemek demektir. Ve biliş hissimizi geliştirmek demektir. Gerçek güzellik buradadır, ama bakmamız ve görmemiz gerekir. Bakmak için şartlandığımız yerleri görmezden gelmeli ve bulunduğu yeri algılayan kalbimizin hissettiği yere dönmeliyiz. Kalbimiz güzelliği her daim görür, ama kalbimizi dinler miyiz ve nereye işaret ettiğine bakar mıyız? Washington'da, Whidbey Adası'ndaki bir kadın, onu gerçek güzellikle sahtesi arasındaki net farkın farkındalığıyla bırakan iki dansözle karşılaşmasını hatırlar:

"Fas kültürünü kutlamak üzere bir akşam yemeğindeydim ve lezzetli yemekten sonra bizim için dans etmek üzere bir dansöz geldi. Müzik harikaydı ve dansöz çok iyi eğitimliydi. Amerikalı idi ve dansının bir açıdan aşırı çalışma veya zorlama olarak hissedilen bir yönü vardı. Çok zindeydi. Uçuşan elbisesini çok güzel taşıyor ve kahverengi saçları havalanıyordu. Tüm adımları bildiği çok açıktı. Büyük bir gülümseyişe sahipti, ancak yüzü rahat değildi. Sonra arka planda, mutfak alanının yakınında, aşçının Faslı karısı da dans etmeye başladı. Oldukça kiloluydu ve geleneksel kıyafetleri altından göbeği belli oluyordu. Saçları pek ya-pılı değildi ve para ödenen dansöz gibi güzel bir kostümü yoktu. Hatta kıyafetleri yemek pişirmekten dolayı kirliydi.

Ancak hareket etmeye başladığında gözlerimi ondan alamadım. Sadece çok güzeldi. Çok doğaldı. Her hareketi güven ve sevginin, her ne kadar bu kelimeler doğru olmasa da, aynı içsel yerinden geliyordu. Bir yılanın hareketleri gibiydi bedeni tüm farklı yönlere hareket ediyordu,

ama tek bir yöne gidiyordu ve tam bir uyum içindeydi... Öyleydi. Bir şeye bağlıydı ve onunla birlikte hareket ediyordu. Aslında âşıkmış veya baştan çıkarılmış gibi görünüyordu, ama çok güzel ve hassastı. Bu arada Amerikalı dansöz odanın ortasında dans etmeyi sürdürdü. Ancak benim saatlerce izleyebileceğim dansöz, mutfaktaki dansözdü."

Bu kadın baştan çıkarıyordu ve baştan çıkarılıyordu. Ama kimin tarafından? Neyin tarafından?

Her kadın kendimizi güzel hissettiğimizde ve güzel olarak görülmek istediğimizde farklı göründüğümüzü, farklı davrandığımızı ve hatta farklı düşündüğümüzü bilir. Güzellikle doğuştan gelen bağlantımızdan faydalanır ve onu sevgilimize sunarız. Ve bu güzelliğin derin gücü, tüm yaşamın kutsal olduğunu ve daima bize eşlik ettiğini kabul ettiğimizde, bütün yönleriyle etkinleşir. Tüm yaşamla bir sevgi ilişkisinde olduğumuz zaman, güzelliğin gücünün topluluk gücü ve yaşamın kutsallığını kabul etme gibi diğer doğuştan gelen güçlerle birlikte çalışmasına imkân sağlarız. Kendimizi bir sevgiliye gösterdiğimizde, içsel güzelliğimizi dışarı yansıtırız. Ancak kutsal olduğunda, ilahi farkındalık bizi seyrederken ve bizimle birlikteyken, tüm yaşam sevgilimizdir.

Güzelliğimizi ortaya çıkarmak, sadece kendimiz için yapmamız gereken bir şey değildir. İçinde yaşadığımız dünya için, yerküre ve ruhu içeren tüm yaşam topluluğu için bunu yaparız.

Navajo insanları güzelliğin yaşayan potansiyeline saygı duymuşlar ve kişisel ve toplumsal iyileşmede güzelliğin gücünün onurlandırılması ve yenilenmesi için törene ihtiyaç duyulduğunu anlamışlardır. Navajo törenlerinin en kutsallarından biri olan ve adına 'Night Chang' denilen Navajo töreni, güzellikle süregiden bir ilişkiye atıfta bulunur. Hâkim olan kültürümüz hem güzelliğin hem törenin bu anlayışını kaybetmiştir, ancak bu yenileme birçok biçime girebilir. İşe güzelliğe dönme ihtiyacımızı ve dua gücümüzü kabul ederek başlayabiliriz.

"Güzellikte yürüyebilirim.
Tüm gün boyunca yürüyebilirim.
Dönen mevsimler boyunca yürüyebilirim.
Polen kaplı yolda yürüyebilirim.
Ayaklarımın çevresinde çekirgelerle yürüyebilirim.
Ayaklarımın çevresinde çiyle yürüyebilirim.
Güzellikle yürüyebilirim.
Güzellik önümdeyken yürüyebilirim.
Güzellik arkamdayken yürüyebilirim.
Güzellik üzerimdeyken yürüyebilirim.
Güzellik altımdayken yürüyebilirim.
Güzellik tüm çevremdeyken yürüyebilirim.
Yaşlıyken güzellik yolunda dolaşırken
Canlı bir şekilde, yürüyebilirim.
Yaşlıyken güzellik yolunda dolaşırken
Tekrar yaşarken, yürüyebilirim.
Güzellikte biter."

Bölüm VI

Topluluk

Topluluk bir bilinç meselesidir. Diğerleriyle ve yaşamla olan bağlantımızın ya farkında oluruz ya da farkında değilizdir. Ve elbette farkındalığın seviyesi ve derecesi birçok etkene bağlı olarak değişir, artar ve azalır. Bir anlığına oturduğunuz apartmanın önünden geçen biri olduğunun farkında bile olmazsınız, sonra bir bakmışsınız ki biri bağırıyor ve böylece birinin yardım istediğini anlarsınız. Farkındalık ilişkinin temelidir. O olmaksızın bilmezsiniz veya görmezsiniz ve alıp veremezsiniz.

Topluluğun gücü, farkındalığı değiştirmeye çok bağlıdır. Rahibe Teresa diğerleriyle ilgilenmeyi savunurken bu bağlantıya önce şunu sorarak işaret etmiştir: 'Çevremizdeki insanları tanıyor muyuz?' Diğerlerinin farkında olmaksızın onlarla ilgilenemeyiz, hatta onlara karşı sorumluluk anlayışımızı bile geliştiremeyiz.

Konu topluluğun gücüne geldiğinde, 'topluluk' hakkında aileniz veya komşularınız gibi kelime anlamıyla sabit bir grup insan olarak düşünmekten bir adım geri atabilir ve 'topluluk' algımızın son derece esnek olduğunu, diğerleriyle ilgili farkındalığımızın değiştikçe onun da değiştiğini anlayışla karşılayabiliriz.

Topluluk algımız genişledikçe veya daraldıkça, toplulukta dolaşımda olan kaynaklar da aynı şekilde etkilenir. Örneğin, eğer nadir bir kitap ödünç almak istiyorsanız ve ödünç alabileceğiniz küçük bir arkadaş grubunuz varsa, büyük ihtimalle istediğiniz

kitabı bulamayacaksınızdır. Ancak yakınlarınızda daha geniş bir kütüphane ağına bağlı olan yerel bir kütüphane varsa, olasılıklarınız artar. Topluluğunuz ne kadar büyükse, her üyeye sağlanan kaynaklar o kadar artar.

Son yıllarda küresel iletişim ve internet, dünyanın topluluk algısını son derece genişletti. Farkındalığın günümüzde günlük bazdaki genişlemesi, dikkatimizi ve kaynaklarımızı yerel çevremizin ötesine yönlendirir. Bir kez o kapı açıldığında, eylemler, deneyimler ve güçlendirmeler için temel olan o güçlü ilgi kanalına sahip oluruz.

Topluluk gücüyle çalışmanın püf noktası, topluluk algımızın farkındalığı değiştirdiğini ve o değiştikçe, toplumsal kaynaklarımızın da genişlediğini veya daraldığını anlamaktır. Güç, bu değişen kaynak bankasına bağlıdır. Tıpkı ihtiyaç duyulan şeyi verdiğimizde güçlendiğimiz gibi, ihtiyacımız olan şeyi aldığımızda da güçleniriz. Belki ne kadar çok alıp verirsek, o kadar çok güçleneceğimizi söyleyecek kadar ileri gidebiliriz.

Topluluk gücüyle çalışmayı öğrenirken, sadece fiziksel kaynaklardan bahsetmediğimizi fark etmek önemlidir. Evet, para ve giyecek, gıda veya ilaç gibi diğer kaynakların hepsi önemli kaynaklardır ve bir topluluğun sağlığı için temel unsurlardır. Ancak içsel kaynaklar da bunlar kadar önemlidir.

Toplulukta var olan ve topluluk yoluyla devridaim yapması gereken birçok içsel kaynak vardır. Bunlar sevgiyi, aidiyeti, güveni, katkı sağlama gücünü ve alım gücünü içerir. Bu içsel kaynaklar ve kapasiteler, fiziksel dünyaya önemli bir boyut katarlar, kaynakların fiziksel dolaşımını etkilerler. Örnek olarak, başka bir kişiye doğum günü hediyesi verdiğimiz zaman, ayrıca sevgi de verebiliriz. Bu hediye alınır ve verilir ve aynı şekilde katılmış sevgi gücü de alınır ve verilir. Dış dünya, enerjilerin ve deneyimlerin gizli içsel boyutlarının iletimi için doğal olarak bir vasıtadır. Size sevgisiz bir hediye verildiğini düşünün. Hediye, arkasındaki enerjiyi ve niyeti hissettiğinizde veya hissetmediğinizde ne kadar değer kazanıyor veya kaybediyor?

Topluluğun gücünü düşündüğümüzde, aynı anda bu farklı boyutları içine alacak açık biz zihne ihtiyacımız var. Sadece dış kaynakları değil, toplulukta dolaşan içsel kaynakları da değerlendirmemiz gerekir. Ve bilinçli farkındalığımızın her iki çeşit kaynak değiş tokuşunu nasıl etkilediğini algılamamız gerekir. Bu, kolay bir iş değildir. Ancak kadınlar içgüdüsel olarak, çok boyutlu şekilde topluluk gücüyle çalışma bilgeliğine sahiptirler.

Kadınların ilişkiselliği zaten çok boyutludur. Topluluğun gücünü kalbimizden ve zihnimizden ayrı olmayan iliklerimize kadar biliriz. Sevgi ve kıskançlık gibi enerjiler yoluyla topluluğu nasıl yaratacağımızı ve yok edeceğimizi biliriz. Yakın, fiziksel ilişki yoluyla diğerlerini nasıl besleyeceğimizi bildiğimiz gibi, sezgi ve kalbimizin güçleri yoluyla uzaktan da nasıl besleyeceğimizi biliriz. Sevginin beden yoluyla bir çocuğa nasıl geçtiğini biliriz ve o aynı çocuk büyüdükçe, görünen fiziksel ayrıma rağmen o sevgiyi nasıl yaşayacağımızı biliriz.

Topluluğun tüm bu yönleri kadınlar tarafından, sadece bize ve yaşama doğal geleni yaşayabilmemiz için değil, aynı zamanda bütünü güçlendirmeye yönelik doğal bilgeliğimizi sunabilmek için canlandırılabilir ve onurlandırılabilir.

Bireysellik ve Ataerkillik

Topluluğun gücü kadınlar için doğaldır. Duygusal yaradılışımızın bir parçası, doğal ilişkimizin bir yönüdür. Biz bilinçli olarak ve olmayarak duygularımız ve bedenlerimiz yoluyla çevremizdeki yaşamın içinde yer alırız. İlişkiler kurarız ve sonra o ilişkiler yoluyla enerji ve güç veririz. Başkalarıyla ilgileniriz; başkaları için acı çekeriz. Bedenlerimiz yeni yaşam için bir kaba ve sonrasında çocuklarımız için yiyeceğe dönüşür.

Kadınların topluluğa karşı içgüdüleri, kolektif tekâmülümüzde bizi, yaşamın karşılıklı bağımlılığına giderek daha çok değer veren ve onu giderek daha çok anlayan yeni bir dünyaya taşı-

yan önemli bir role sahiptir. Dünya ilişkiye saygı duymaya başladıkça, kadınlar bağlanmanın içgüdüsel yollarını yaşamak için daha çok alan bulacaktır. Ancak kendimizi şimdinin olanaklarında daha bilinçli olarak topraklamak için, son yüzyıllar boyunca bu değişimin nasıl geliştiğini ve son dönemlerde hızlandığını anlamak önemlidir.

Carol Gilligan, Farklı Bir Sesle (In a Different Voice) kitabında kadınların ilişkiye karşı psikolojik eğilimleri hakkında yazdığında, o zamanlarda bireyselliğin, otonominin ve ayrımcılığın insan gelişiminin zirvesi olduğunu savunan psikoloji alanında hâkim olan ataerkil dünya görüşünün doğruluğunu sorguladı. Kadınların ve erkeklerin farklı psikolojik çizgilerde geliştiğine dair radikal iddiası, kolektif olarak kadınların ve erkeklerin hayatla ilişkileri anlayışımızı kökten değiştirdi. Çalışması, toplumdan ziyade bireyselliğe öncelik tanıyan bir değerler sisteminin sorgulanmasını ateşledi. Bu sorgulama devam etmektedir. Günümüzde, kadın ve erkek beyinlerinin sinir bilimsel araştırmaları, kadınların beyinlerinin ve hormonsal yapılarının, erkeklerinkinin yapmadığı bir şekilde, ilişki deneyimleri için bir temel yaratır. Ve evrimsel bilim adamları, kadınların empati ve duygusal uyum sağlama dâhil olmak üzere ilişki kurmaya dair doğal yeteneklerine giderek daha çok değer veren bir evrimsel gidişatta ilerlediğimizi iddia ederler.

Bu bilimsel araştırmalar ve destekledikleri değişen tavırlar, kadınların deneyiminin birçok yönünün büyük ölçüde değerini düşüren ataerkil değerlerin giderek kaybolmasının bir parçasıdır. İnsan olgunluğu, ahlakı ve sorumluluk alanları ile ilgili kolektif varsayımlarımızın çoğunun, kadınların doğal bilgeliği ile uyumlu olmayan ataerkil dünya görüşünden doğduğunu bilinçli olarak kabul etmek önemlidir.

Otonomi ile ilgili yüceltilmiş fikirlerin, küresel ataerkillikte güçlü dini, ekonomik ve siyasi işlevleri vardır ve bu işlevler, Orta Çağ'da Avrupa'da Katolik Kilisesi'nin gücünün azalmasıyla ve Rönesans, Reform ve kapitalizmin yükselmesiyle son derece iç

içe geçmiş haldedir. Kilise mutlakıyetinin zayıflaması, Protestan Reform Hareketi'nin bireysel seçim ve kutsal kitaba göre yorumları, kişisel iradenin gücünün tanınması ile birlikte hümanizme olan ilginin artması, kapitalizmin yükselmesi ve ona eşlik eden yukarı hareketlilik vaatleri... Bunların hepsi yakın çağda doruğa çıkan bireyselliğin değerlerini ve 'kişisel gelişim' ve 'kendi kendini yetiştirmiş insan' hakkındaki düşüncelerimizi destekler.

Ancak bu, büyük ölçüde Avrupalı bir fenomendi, dünyanın geride kalan birçok kısmı, kişisel güç yerine ilahi gücün üzerinde duruyordu ve ilahi gücü yaratılmış dünyada ve ötesinde tamamen mevcut olarak gören spiritüel görüşle birbirine karışmış halde olan bir topluluk hissine eğilimliydi. Avrupalı göçmenler ideallerini yabancı topraklara kolonileşme yoluyla götürdüklerinde, bireyselliğin ve toplumun kültürel çatışması şiddetli bir şekilde yaşandı. Göçmenler Amerika'ya geldiklerinde, başlangıçta birçoğu Yerli Amerikalılar'ın topluluk algısından etkilenmişti. 18.yüzyılın başlarında, Gürcistan'dan gelen Alman göçmen Friedrich von Reck'in günlüğünde, bu topluluk hissine olan hayranlığını görürüz:

"Sofraları herkese açıktır ve biri gelip davet edilmeksizin oturabilir. Bir Hintli bir kişiyle arkadaş olduğuna dair onu ikna etmek için sağ eliyle onun sol göğsüne vurur ve benim göğsüm senin göğsün gibidir, senin göğsün ve benim göğsüm birdir der, bu, benim kalbim senin kalbinle birdir, kalbim senin kalbine bağlıdır deyişinin eşdeğeridir..."

Ancak 1800'lü yılların ortalarından sonlarına doğru, Yerli hayatın topluluk yönü göçmenler tarafından Avrupalıların özel mülk ve kaynaklar için rekabetle ilgili siyasi ve ekonomik fikirlerine derin bir şekilde bağlı olan bireyselliğine büyük ölçüde ters ve daha az uygar görüldü. Bireysellik ve topluluk arasındaki çelişki, 1858'de Amerika Birleşik Devletleri'nde Yerli kültürünü yok etmeye yönelik ulusal gündeme dâhil olan ABD hükümet yetkilisi ve bir Siyu ajanı olan Joseph R. Brown tarafından açık bir şekilde ifade edilmiştir. Bir insana ilerlemesi için ayrı bir yol verin, ortak alanda çalışmak için hiç tereddüt etmez... Ortak alan

barbarlığın merkezidir; medeniyete doğru işleyen ayrı bir kapıdır.'

Günümüzde, küresel kaynaklarımızın nasıl müşterek olduğunun yanı sıra, doğal kaynakları bölünebilir olarak görmekten dolayı meydana gelebilecek zararı fark etmeye başlamamızla birlikte, topluluk veya 'ortak alanı' çok az kişi barbarlıkla eşdeğer tutar. Bununla birlikte, kültürümüz neyin daha medeni veya daha değerli olduğu hakkındaki varsayımlara doymuş durumdadır. Ve topluluk için özgün bir ihtiyaç olan bireysellik ve kendi geleceğini belirleme hissi, genellikle bağımlılık, kendi başına ayakta kalma yetersizliği veya kişisel irade gücü eksikliği olarak yanlış yorumlanırken, listede en üst sırada yer alır.

Bireyselliğin bu hâkim kültürel idealinin kadınları ve aynı zamanda küresel toplumumuzu (ve özellikle Batı toplumunu) kolektif sorumluluk algısının gelişmesinden geri tuttuğunu söylemek, yetersiz kalan bir ifadedir. Ancak o ideal ve küresel toplumumuzdaki temel yeri, yavaş yavaş parçalanmaktadır ve kadınların uzun zamandır yanlış anlaşılan veya görmezden gelinen doğuştan gelen niteliklerinin daha çok değer verilmesi için bir kapı açılmıştır. Bildikleri şeylere ve nasıl doğal yaşadıklarına basitçe saygı duyarak kadınlar, zaten meydana gelen küresel değişiklikleri ilişki, bağlılık, ilgi ve şefkat gibi duyguların farkındalığı gibi geleneksel kadınsı bilgeliğe dair farkındalığı ve ona saygıyı kısmen arttırarak gezegeni belirli bir evrimsel yola sevk eden değişiklikleri destekleyeceklerdir.

Kadınların doğal olarak ilişki içinde olduğu sezgisel algının gelişen bilimsel desteği, ortaya çıkan diğer kadınsı bakış açılarından ve kolektif bilincimizde rağbet kazanan deneyimlerden ayrı değildir. Bunlar arasında yerkürenin ve sadece insan değil, tüm yaşam biçimlerinin kutsallığına dair artan algı; yerküreye bir nesne değil, canlı bir ev gibi davranma ihtiyacı; mantığın tarafını tutan Newton bilimini ve Aydınlanma Çağı önyargılarını es geçen sezgi ve duygusal zekâ gibi zekânın nedensel olmayan durumlarının yeni keşfedilen anlayışı vardır.

Kadınlar, içgüdülerinin ve dünyayı deneyimlemeye dair özgün yollarının topluluktaki yaşam deneyimleri de dâhil olmak üzere tezahür etmek için yardımlarına ihtiyaç duyan bir gelecekle uyumlu olduğunun her zamankinden daha çok farkına varmaya ihtiyaç duyarlar. Birlikte geliştiğimizi veya acı çektiğimizi giderek daha çok anladıkça, farkına varma, saygı duyma ve topluluk içinde yaşamayı öğrenme birçok açıdan bir sonraki yüzyılın işidir. Topluluk gücüyle çalışmak ve onu etkinleştirmek için, içsel ve dışsal boyutların birlikte nasıl çalıştığını anlamamız gerekir. Bunun için, her iki dünyaya ve birbirlerine bağımlı olmalarına değer veren güçlü bir şamanik unsurla birlikte geleneklere bakmak yardımcı olur.

İçsel ve Dışsal Kaynaklar

Topluluk gücünün temel unsuru, topluluk ne kadar büyükse, kişiye sağlanan kaynakların o kadar çok olduğunu anlamaktır. Afrikalı Bilgeliği Batı'ya taşıma çalışması topluluğun önemine dair vurguyu ve yeni gelişen kadınsı bilinci içeren, Batı Afrika'da Dagara kabilesinin yaşlılarından Sobonfu Somé, bunu şu şekilde ifade eder: 'İki göz iyi görür. Dört göz daha çok şey görür. 1000 gözün neler görebileceğini düşünün!'

Ancak kaynakların kullanılabilirliği sadece nesnelerle ilgili değildir, aynı zamanda enerjileri ve deneyimleri de içerir. Dış kaynaklara çok fazla odaklanan bir kültürde bu iç kaynaklar genellikle toplulukta nelerin karşılıklı alınıp verilebileceğine dair anlayışımızda kayıptırlar. Ancak onlar gerçekten insanlığımızın temelidir. Özen gösteren bir dünyaya aidiyet hissini yaşamak, katlanarak güçlenir. Connecticut'tan bir kadın, daha genç bir kızken yardım görmenin üzerinde nasıl derin ve kalıcı bir izlenim bıraktığını hatırlar:

"New York City'ye yeni taşınan annemi ilk defa ziyaret etmeye geldiğimde daha genç bir kızdım. Cebimde sadece taksi için 20 dolarla

New York'a geldim ve taksi şoförü numarası yaparak paramı alan biri tarafından kandırıldım. Parasız halde bir köşede dikiliyordum ve gittiğim yere ulaşmamın hiçbir yolu yoktu (tabi bu olay cep telefonları çıkmadan önce yaşandı)! Bu çok korkutucu bir duyguydu. Ancak birkaç dakika sonra, bir taksi şoförü arabasından dışarı çıktı ve yardıma ihtiyacım olup olmadığını sordu. Ona olanları anlattım. Bana arabaya binmemi, ücretsiz olarak gideceğim adrese beni götüreceğini söyledi. O kadar korkmuş, yalnız ve kafası karışık halde olmanın ve birinin yardım etmek gibi sadece basit bir şey yapmasının nasıl hissettirdiğini hiçbir zaman unutmayacağım. Psişemdeki her şeyi değiştirdi. Birbirimizi etkilemek, birbirimizle bağlantı kurmak, hem iyi hem kötü şekillerde koşulları belirlemek için ne kadar fazla güce sahip olduğumuzu fark etmemi sağladı."

Topluluğa uyumlu olduğumuzda kullanılabilir hale gelen iç kaynaklar, onları paylaştığımızda büyür ve harici kazançların dolaşımını arttırır. Sevgi büyüdükçe, almamız ve vermemiz için daha çok yollar yaratır ve bizim alıp vermemiz sevginin genişlemesine katkıda bulunur. Ne kadar cömert olursak, paylaşacak o kadar çok şeyimiz olduğunu hissetme olasılığımız yükselir. Bu şekilde, cömertlik bir bolluk algısı yaratır ve kıtlığın gücünü zayıflatır. Yaşama ne kadar açık olduğumuzun harika anlayışı ile birlikte minnettarlık, kendimizi almaya açtıkça büyür ve kendimizi yalnızlaştırdığımızda var olmaz. Bu ayrıca hayal dünyasında da geçerlidir. Yalnız çalışmak yerine diğerleriyle işbirliği yaptığımızda, hayal etme ve keşfetme kapasitemiz genellikle artar. Ne de olsa 'Bir elin nesi var, iki elin sesi var.'

Bu görünmez iç kaynakların yaşamlarımız üzerinde büyük etkisi vardır. Cömertliği görmezsiniz, ancak elbette etkilerini fark edersiniz. Aynı şey hassasiyet, minnettarlık ve alçakgönüllülük için de geçerlidir. Bu içsel enerjilere saygı duyma ve onları yaşama vasıtasıyla, ruh diyarına gerçek olanı bildiğimiz ve onu yaşadığımız içsel derinliğe, güzelliğin, sevginin ve gücün merkezine taşınırız.

Topluluğun ve günlük yaşamımıza etkilerinin içsel deneyimi, toplumun bizi ikna ettiği kıtlık düşüncesi, rekabet etme ihti-

yacı, kaynakları stoklama ihtiyacı gibi birçok vesveseden bizi özgürleştirir. Topluluğun gücünü yaşama vasıtasıyla, özgür, bütün ve tam olan derin içsel ruhun gerçekliğini tadarız. Ruh boyutuna saygı duyma yoluyla, iç ve dış dünyaları bağdaştırma fırsatımız gerçek olanla yaşamın uygulanabilirliklerini bir araya getirme fırsatımız olur. Sürekli bize yeterli miktarda sahip olmadığımızı veya hayatımızın değerli olması için hep daha fazlasına ihtiyacımız olduğunu söyleyen bir toplumda yaşamanın dengesizliklerini yıkan bu uyumdur.

Bu büyük plan veya dev proje değildir, ancak sadece basit olarak, bizim için gerçekten neyin önemli olduğu hakkında dürüst olmayı istememize ve müşterek bir dünyada kullanılabilir ve mümkün olan gizli gerçekliğe bilincimizi uyumlamaya devam etmemize dayanır. Gerçek aidiyet hissinin yeni bir arabadan daha derin bir ihtiyaç olduğunu itiraf edebilir miyiz? Bağlı hissetme ihtiyacımızı ve yalnız kalmanın bize ve diğerlerine nasıl zarar verdiğini kabul edebilir miyiz? Birini sevmeyi ne kadar çok istediğimizi itiraf edebilir miyiz? Bu derin ihtiyaçlara uygun olarak yaşayıp günlük hayatlarımızı onlara saygı duyacağımız şekilde değiştirebilir miyiz? Bu, çağdaş dünyanın dikkat dağıtıcı ve genellikle zarar verici mesajlarına rağmen, ruha ve diğerlerinin ruhuna uyumlu halde kalmak için kapasitemizi nasıl geliştireceğimizdir.

Dış bağlantılar yoluyla bu içsel ihtiyaçları ve deneyimleri yaşadıkça ve onlara değer verdikçe, topluluğun gücü giderek artar. Nadiren azalır veya daralır. Bu güç ne kadar büyüyebilir? Bu güçle çalışmada ne kadar yetenekli hale gelebiliriz? 'Topluluğu' küçük, belirli bir dış grupla sınırlandırmadığımızda ve bağlılık farkındalığımızın gelişmesine izin verdiğimizde, doğal olarak daha büyük bir aidiyet hissinin, diğerlerine karşı sorumluluğun genişleyen anlayışının ve ihtiyaç duyulan şeyi hem topluma vermek, hem de toplumdan almak için daha ince ayarlı bir kapasitenin farkına varırız. Bu gücü geliştirdikçe, tüm yaşamla daha eşzamanlı hale geliriz. Parçaların bütüne katıldığını görürüz; her şeyi besleyecek bir şekilde bir şey verebilir ve bütünden 'eksilt-

meyecek', ancak onu güçlendirecek bir biçimde alabiliriz. Topluluğun gücü vasıtasıyla bütündeki yerimizi buluruz ve kendi verme yollarımızı keşfederiz.

Kişilik ve Topluluk

Topluluğun gücüne saygı duymak demek, her ne kadar birçoğumuz bunun doğru olduğundan korksa da, kişilik hissimizin azalması demek değildir. Hatta bunun tam tersi geçerlidir. Topluluk hissi bireysel olarak bizi uyandırır ve güçlendirir. Kişisel güçlerimize ve amacımıza, onları yaşadığımız dünyadan ayrı tutarak ulaşamayız. Onlara, bizim de bir parçası olduğumuz zamanın ve mekânın ihtiyaçlarını kabul ettiğimizde ve onlara saygı duyduğumuzda ulaşırız.

Dünyaya rastgele veya kaza sonucu gelmedik. Daha ziyade zamanın koşullarıyla, kendi ihtiyaçlarımızla ve çevremizdeki kişilerin ihtiyaçlarıyla çalışma ve onları kabul etme yoluyla fark edilen şeyleri öğrenmek ve vermek için geldik. Gelmiş geçmiş en büyük keşifler, topluluğun ihtiyaçlarına karşılık yapılanlar ve katkı sağlamada karşılaşılan zorluklardır. Kişinin bireysel kaderi, bu dünyanın zorluklarıyla ilişki içerisinde yaşamakla ve dış koşullar karşısında içsel olarak güçlü tutan uyum sağlama zorluklarıyla biçimlenir. Kaderi bu şekilde idrak etmek, bireysel ruh amacımızı keşfetmek ve yaşamak, yaşamlarımızın mekânı ve zamanı ile birbirine bağımlıdır.

Kaderin bireysel ve toplumsal yönleri, Rainer Maria Rilke tarafından tarif edilmiştir: 'Kaderin kendisi, her bir ipliğinin son derece hassas bir el tarafından yönlendirildiği, birinin yanına yerleştirildiği, tutulduğu ve diğer yüzlercesi tarafından desteklenen büyük, müthiş bir duvar halısı gibidir.

Kişilik ile topluluk arasındaki ilişki, kaderimizin doğduğu toplumun önemini azaltma eğiliminde olmasının yanı sıra ruhun içsel hakikatini inkâr etme eğiliminde olan bir dünyada, anlaşıl-

ması veya saygı duyulması kolay bir ilişki değildir. Tamamen kendimiz olarak yaşamak için spiritüel boyutu hatırlamamız ve canımızın veya ruhumuzun dış dünyayla etkileşimde bulunduğu ve ona dayandığı yollara değer vermemiz gerekir.

Sobonfu Somé, Rilke'ninkine benzer bir şekilde Dagara'nın kişilik, topluluk ve ruh anlayışını açıklar:

"Her insan dünyaya daha doğmadan önce o kişiyi ve amacını tamamen destekleyen bir ruh çevresinden gelir. Yeteneklerle birlikte doğarız ve bu yetenekler dünya içindir. Bu demektir ki, diğerlerinin yeteneklerinin gelişmesi için onlara bir alan sağlama hakkımız ve kapasitemiz vardır. Topluluk, insan olmamıza ve kendimizi olduğumuz gibi kabul etmemize olanak sağlayandır. Topluluk olmadan, bireyin varlığı sona erer. Bireyler olmadan topluluk olmaz"

Sobonfu'ya göre, topluluğu küçümseyen bir dengesizlik olması tecrit, acı, mücadele ve hastalıkla sonuçlanır:

"Benlik'in gizeminde bizi birbirimize bağlayan bir şey vardır; birbirimize ihtiyaç duyarız. Eğer o yapışkan yetersiz gelirse, hepimiz bunu hissederiz ve kopukluk enerjisi acı yaratacaktır. Eğer üzerine gidilmezse acı, birbirimize karşı kullandığımız bir silah haline gelir. Bizi birbirimize bağlayan yapışkan işlevini kaybettiğinde, herkes kendi yaralarını sarmakla meşgul hale gelir ve diğer herkesin acısını görmez hale geliriz. Bu körlük ilerler.

Bir kişinin yetenekleri bloke edildiğinde veya bastırıldığın-da, size karşı çalışma durumu vardır. Yeteneğin enerjisi engellenmiş ve zehirli hale gelebilir. Sonra, hayatınızı yiyip bitiren bir hastalık haline dönüşebilir."

Sobonfu hepimizi birbirine bağlayan bu 'yapışkanın' sadece müşterek dış kaynakların olduğu bu dün-ya'da var olmadığını, aynı zamanda spiritüel boyutunun da olduğunu açıklar. Günümüzde çağdaş dünyanız hem dışta, hem içte acı çekmektedir, çünkü spiritüel boyutu dış topluluğumuza taşımayız.

"Tüm ilişkiler ve her toplum, temelinde bir ruh olduğu için var olur. Ruh, topluluğun canından ışık saçmaktadır. Ruh olmadan hiçbir şey var olamaz. Ancak dünyanın canında bir delik vardır. Bunun kıs-

men bir nedeni, ruh dünyasını görmememizdir. İnsanlığın ruhunu beslemek için ortaya konulan bir enerji yoktur, bu yüzden evsizlik ve açlık vardır. Alışveriş yapmaya gideriz. Topluluğun ruhuna girmeye çalışabiliriz, ancak söze döktüğümüz tek şey çamurdur.

'İşgal (Occupy)' hareketi para ile ilgili görünür, ama değildir. Gerçekte insanların şu soruları sormalarıdır: Beni kim görecek? Ruhun kabul edildiği bir şekilde kim benimle konuşacak? Karşılanmam gereken yerde kim benimle buluşacak? Bunlar kişisel sorular ve topluluk ve ruhla ilgili sorulardır."

Dünyanın canındaki deliği onarmak, hem içsel spiritüel âlemlerine, hem de yaşamın dış dünyevi topluluğuna saygı duymayı gerektirir. Kendi kalbimiz, içgüdülerimiz, bedenlerimiz ve algılarımız yoluyla spiritüele uyum sağladığımızda ve topluluk içinde spiritüeli görünen bir şekilde yaşadığımızda, insan bilincinde önemli bir rolü ahenkli ve çok boyutlu bir yaşam ağını yaratmak ve sürdürmek için iç ve dış dünyaları birlikte örmeyi yerine getiririz.

Kadınlara Yönelik Tehlike

Çağdaş toplumumuzun hastalıklarını iyileştirmeyi ararken kadınlar için bir tehlike, topluluğu alışılagelmiş ve şartlanmış bir şekilde kabul edip, derin bireysel içgüdülerimiz, algılarımız ve zekâmız yoluyla erişebildiğimiz ruhun izini kaybetmektir. Bu içsel boyutu dış hayatımıza taşımayı unutmamalıyız.

Batı'da, gerçek şeyin üstünü kaplayan sahte bir topluluğun olduğu garip bir durum vardır. Sahte topluluk, uyum sağlamak için kendi bilişlerini feda eden kadınlara dayanır. Bu, kısmen kadınların kendi bilişlerini kabul etmekten korktuklarından veya bunu yapamadıklarından dolayı devam eden ataerkillik topluluğudur. Sobonfu'nun söylediği üzere, 'Batı'da kadınlar ruhu duyarlar, ancak statükoya uyum sağlamak için onu yadsımaya isteklidirler. Bir erkek dünyasına uyumlu olmak isterler.'

Kadınları ruha saygı duymalarından alıkoyan nedir? Advaita Vedanta geleneğinde toplantıları ve inzivaları yöneten Pamela Wilson, kadınları içsel bilgeliklerine katılmaktan alıkoyan bir dinamiği tanımlar:

"Topluluğa eğilimli kadınlar olarak eğitildik ve işe yaramak bizim için bir keyiftir. Ancak bu demektir ki, sıklıkla farkındalığımız diğerlerinin ihtiyaçlarına odaklanıyor ve içimizdeki gerçeği dinlemiyor. Ama eğer gerçek doğamızı bilmezsek, o zaman her şey otomatiğe bağlıdır. Bu yüzden aile, topluluk veya iş üzerine alışılagelmiş hizmet ve odak olması komiktir. Ama kadınların insanlığa, topluluğa ve ailelere verebileceği en büyük hediye, kendi doğallıklarında tekrar rahatlamalarıdır. Bu sadece birkaç dakika alır. Sadece normalden biraz daha derine bakmak. Hareketlere ve tüm hareketlere olanak sağlayan alana bakmak gerekir."

Pamela'ya göre, ruha saygı duymak bir içe bakma, alışılmışın ötesinde eşsiz ve doğal olana bakma meselesidir. Şamanizm üzerine yazar ve Amerikalı öğretmen olan Sandra Ingerman, şamanik bakış açısına göre kadınların kültürel alışkanlıkların ötesine geçerek içleriyle uyumlu hale gelme ihtiyaçlarını tanımlar.

"Kadınlar için gerçekten başka birinin acısını almaya ve onlar adına fedakârlıkta bulunmaya dair yükümlü olmak, ilk olarak bozulması gereken mittir. Ben empati kuranlardanım ve tanıdığım çoğu kadın da aynı şekilde, yani biz diğerleri adına hissederiz. Bu durum, depresyonda olan birilerinin çevresinde olduğumuzda, duygusal acıyı, hatta hasta olan birinin fiziksel belirtilerinin bazılarını üzerimize almayı çok kolaylaştırıyor. Çoğu kadın kendi ağrısıyla, kendi duygusuyla sevdiği kişiler, arkadaşları, hastalar tarafından hissedilenler arasında sınır yaratmayı bilmiyor. Meryem'in ve tanrıçaların resimlerine bakıyoruz ve onların dünyadaki acılar ve ızdırapları adına ağladıklarını görüyoruz. Ancak gerçekten anlamamız gerekiyor ki, onlar dünyanın acısını ve ızdırabını, o süreçte kendilerini feda etmeden taşıyabiliyorlardı. Empati kurabilme, diğerlerinin duygularını yüklenmemeniz durumunda harika bir niteliktir. Başka birine yardım etme sürecinde kendinizi feda etmenizin kimseye faydası yoktur.

Aile sistemimizde bir kadın olarak çocuklarınıza, kocanıza veya eşinize ruhunuzun bir parçasını bağışlamanız gerektiğine, çünkü bunun sadece kadınların yaptığı bir fedakârlık olduğuna dair üstü örtülü bir öğreti vardır. Çocuklarınızı ve sevdiğiniz kişileri böyle korursunuz. Şamanik bakış açısına göre bu son derece sağlıksız bir durumdur, çünkü ruhunuzun bir parçasını başka birine verdiğinizde olan şey, onları kullanılamaz enerjiyle yüklenmiş halde bırakmaktır. Kendi enerjiniz için başka bir kişinin ruhunu kullanamazsınız. Bu yüzden bir çocuğa veya sevdiğiniz bir kişiye ruhunuzun bir parçasını verdiğinizde, durum o kişinin yaratıcılığını geri çekmekle neticelenir, çünkü bu kullanılamaz enerjiyle yüklenmişlerdir.

Annelerle çalıştığımda da bana çok karşı çıkılıyor, çünkü anneler genellikle bana şöyle söylüyor: 'Ruhumun bir parçasını çocuğuma vermemin büyütülecek nesi var anlamıyorum onları korumak istiyorum, onları savunmak istiyorum, onları desteklemek istiyorum.' Ve onlara, gerçekten sevdikleri kişilere ruhlarından bir parça verdiklerinde, onları koruyabilmeleri yerine aslında neticenin onları geriye doğru çekmek ve kısıtlamak olduğunu öğretebilmek çok zorlayıcı oluyor.

Kendinizden aslında ödün vermeden destekleyebilmek ve sevebilmek, bu kültürde birçok kadının gerçekten nasıl yapacağını bilmediği bir şeydir. Bu, devam etmekte olan bir çalışmadır ve sizinle başkaları arasındaki sınırları öğrenmenizle, başkası acı çekerken onların acısını üzerinize almadan veya öyle yaparak aslında acılarında onlara yardımcı olacağınızı düşünerek ki aslında yardımcı olmazsınız, bir parçanızı feda etmeden nasıl destek olabileceğinizi öğrenmenizle ilgilidir.

Çalışmamın en büyük gelişimi insanların, kriz zamanlarında bir kişiyi kendi ilahi ışığında görmelerini sağlamak ile ilgiliydi. Hepimizin ve her birimizin içinde kusursuz olan esas bir öz mevcut ve başka bir insandaki ilahi ışığı ve ilahi kusursuzluğu kabul ettikçe, yaptığımız şey diğer kişinin ışığının gerçekten başarıyla ortaya çıkmasını teşvik etmektir. Bu durum, onları delikten enerjik ve spiritüel olarak çekip çıkarmaya yardımcı olmamızla sonuçlanır, hâlbuki ruhumuzdan bir parça vermek veya acımayla hareket etmek onları daha da aşağı iter. Bizim için evrensel ve koşulsuz sevginin gücünü koruma zamanıdır.

Bu gezegende birçoğumuzun kendimizi güçsüz hissettiğimiz bir zamanda, spiritüel uygulamaları yaşamlarımıza dâhil ederek olumlu değişim yaratmak için güce şimdi sahip olduğumuzu anlamak çok önemlidir ve küresel bir topluluk olarak çalışmamıza odaklandığımızda, sonuçları büyütürüz."

Sandra'ya göre, bir kişinin topluluk içinde gücünü yaşamasının anahtarı, kendi içindeki ve diğerlerindeki ilahi özün farkındalığıyla yaşamak ve son derece kişisel olan bu öz üzerinden ve bu özle ilişki kurmaktır. Bu, sahte toplulukta kendimizi feda etmekten nasıl kaçınacağımızın bir yoludur. Pamela Wilson aynı işi farklı bir dilde, enerjinin doğal bir hareketini ve hareketin çevresindeki alanı hissetmek için içe bakmak olarak tarif eder.

Kendi kişisel benliğimizin veya ruhumuzun gücünün ve enerjisinin topluluğun ruhunu pekiştirmesi ve canlandırması, ilahi öze, içsel harekete veya Sobonfu'nun deyişiyle ruhlar dünyasına bu içsel bağlantı yoluyladır. O halde, esas ve doğal benliğimizden katkı sağlamanın bir yolunu bulduğumuzda, gücümüz artar.

Kadınların İyileştirici Yetenekleri

Kadınların görevleri, ataerkil dünyamız tarafından belirlenen sahte topluluktan kurtulmayı ve gerçek bir topluluğu yeniden canlandırıp o toplulukta yaşamamıza yardımcı olacak besleyici enerjilere bağlanmamızı içerir. Sobonfu'ya göre bu bizim sorumluluğumuzdur ve onu gerçekleştirmemize yardımcı olacak yeteneklerimiz vardır.

"Kadınlar toplumun belkemiğidir. Bu sadece Afrika değil, tüm kültürlerde böyledir. Güncelleştirmeleri veya aile kartpostallarını gönderenler kadınlardır. Diğer komşulara yardım elini uzatacak olan komşular, kadınlardır. Topluluğu devam ettirme gücümüz, doğurma yeteneğimizle bağlantılıdır. Ruhla dünya arasındaki bağı kurarız. Kadınlar topluluğu örebilirler, yaşamı sürdüren ağlar yaratabilirler.

Bir kadının bedeni, bilinci, kalbi ve aradaki her şey, erkeklerinkine göre farklıdır. Kadınlar farklı bir şekilde gergindir; enerjileri farklı bir şekilde akar; farklı bir şekilde düşünür ve hissederler. Hatta farklı bir şekilde nefes alırlar. Kadınlar varoluşun farklı bir yolundan, farklı bir dünyadan faydalanırlar. Kadınların doğuştan gelen yetenekleri, topluluğun kendi gelişimi ve hayatta kalması için ihtiyaç duyduğu enerjileri anlamak için kullanılır. Kadınlar bu yüzden hayatta kalma yerküreye kök salıp yerküreden doğal iyiliklere sahip olma ve zulümlere ve çeşitli zararlı enerjilere dayanma yeteneklerine eğilimindedirler.

Dagara geleneğinde kadınların toplumdaki ana rollerinden biri, insan türünün hayatta kalmasını garantiye almak, yaşamı korumak, dünyamız ve herkesçe daha az bilinen diğer dünyalar arasında bir ağ veya bağlantı oluşturmaktır. Kadınlar hayatta kalma enerjisini topluluğun merkezine getirebilirler ve böylece topluluk bundan faydalanabilir. Erkekler bunu neden kolaylıkla yapamaz? Çünkü kadınlar duyguları yoluyla açık olan bir kanala sahiptirler kadınlar olarak duygusal kanalımızı kullanabiliriz. Sezgilerimiz ve algılarımız, henüz bilinmeyen veya görülmeyen bir şeye uyum sağlamamıza olanak sağlar. Kadınlar neyin geldiğini görür. Örneğin benim kabilemde bir yabancı topluluğa girdiği zaman, kadınlar sessizce oturur ve izler, sadece bakmak için değil, aynı zamanda nasıl yürüdüğünüzde ve kendinizi nasıl taşıdığınızda görünür olmayanları izlerler. Böylece sizi nasıl ağırlayacaklarına vs. hazırlanırlar. Çoğu zaman kâhin bir kadına gittiğinizde, sizden yürümenizi isteyecektir doğuştan gelen yeteneğinizi nasıl taşıyorsunuz? Acınızı nasıl taşıyorsunuz? O potansiyeliniz topluluğu nasıl etkiler? Bu, sıradan gözler için aşikâr olan bir şey değildir, ancak kadınlar bundan istifade eder."

Tüm yaşayan varlıkların yanı sıra zamanın ötesindeki ruhları da içeren küresel topluluğun varlığını sürdürmesi için temel görevi, kadınların bu sezgi ve duygusal bilişlerinin farkındalığını yeniden kazanmaları ve böylece kutsal, gizli boyuta erişebilmeleridir. Sobonfu, kadınların yeteneklerini yeniden kazanabilecekleri ve topluluğu yenileme çalışmalarına başlayabilecekleri belirli yollardan bahseder:

"Dünyanın ruhundaki delik, kolektif bir meseledir ve kutsal kadınsı enerjileri ve yerkürenin enerjilerinin tekrar topluluğa kazandırılması için topluluğun müdahalesini gerektirir. Ancak Batı, bireysel bir kültürdür ve topluluğu kabul etmek ve ona katılmak için ve topluluğa ihtiyacı olan şeyi vermek için bireysel çalışma gerekir. Kadınlar katkıda bulunmalıdır."

Yüzyıllarca öncesine uzanan Dagara kabile toplumunda tam olarak yaşanmış ve saygı duyulmuş olan Sobonfu'nun bilgeliği, uzak ve ayrı görünen spiritüel nesillerden gelen diğer öğretmenler ve şifacılar Dr. Sun veya Llewellyn Vaughan Lee gibi tarafından da tarif edilen kadınların bu kitapta tanımlanan bazı güçlerini vurgular. Bu öğretmenler, kadınların güçlerinin yaşam topluluğunu muhafaza etmede ve yenilemede önemli bir rol oynadıkları konusunda Sobonfu'ya uyarlar. Bu güçler, bireylerin yaşamlarından ayrı tutulmaz, ancak saygı duyulduklarında ve yaşandıklarında hayatın tümünde önemli bir rol oynarlar.

Kadınların spiritüel sorumluluklarının ve yeteneklerinin anlayışını ve onlara değer verişini hiçbir zaman kaybetmemiş olan bir gelenekten, kadınların şimdiki ve gelecek zamana hizmet etmek için oldukları kişi olma gerekliliklerini duyarız:

"Kadınların kolektif yetenekleri var mıdır? Evet, Annelik yeteneği, kardeşlik yeteneği ve topluluk yeteneği. Bu yetenekleri nasıl yaşarız? Eğer anneler doğurmanın kutsallığını yeniden kazanırlarsa, bu iyileşme yaratır ve kadınların kendilerini anlamaları ve kendilerine değer vermeleri için ve ayrıca insanlığın kendisini anlaması ve kendisine değer vermesi için farklı bir yol yaratır.

Anneliği kutsal bir eylem olarak görmemiz gerekir. Sıradanlığın dünyasına koymamalıyız. Doğurma şeklimiz yeniden düzenlenmelidir; doğurmanın meydana gelmesinde bir şeylerin değişmesi gerekir. Günümüzde yöntemlerimiz kadınların dünyaya getirdikleri bu çok önemli varlıktan kopmalarına neden oluyor. Hastaneler, emzirmemek, bunlar yaralar oluşturuyor. İnsanlığın kaybı burada başlıyor. Bu durum, bu anlayışın dünyanın ruhunda, hepimize çocukken verdiği hasar olan dev bir gediktir. Eğer bir kadına zarar verirseniz, yaranın çocuğa geçmesi

muhtemeldir. Delik tam oradadır. Çok sayıda irdeleme gerektirir. Hiçbir psikolojik yardım veya tıbbi yardım, bu kaybı telafi edemez.

Kadınların, rahmin sadece bebekler için olan bir yer olmadığına dair basit gerçeği anlamaları gerekir. Rahim, çok farklı boyutlardan gelen çok sayıda enerji için çok yüklü bir manyetik merkezdir, böylece ona daha çok özen göstermemiz ve bize verilen çok hassas ve güçlü bir araç olarak ona değer vermemiz gerekir. Rahim bize verilen doğuştan bir yetenektir ve onun bakıcıları biziz. Rahim kadınlar için ruhun giriş noktalarından biridir. Bu yüzden kötü enerjilerle beslendiğimizde, rahmimizde bunu hissederiz. Batı'daki çoğu kadın, rahimde vücudumuza aldığımız zehirleri salıveren otomatik bir mekanizma olduğunu bilmez bu regl sırasında meydana gelir. Regl olduğunuzda, hiçbir zaman almamış olmanız gereken enerjileri salıveririz.

Batılı kadınlar göğüslerin gücünü anlamazlar, ancak biz göğüslerden de enerji alır ve yayarız. Göğüs kutsaldır kutsal bir enerji kaynağıdır, yaşamın devam etmesine olanak sağlar. Batı'nın göğüslerden büyülenmesinin nedeni, insanların emzirilmemiş olmasıdır, ancak bizim geleneğimizde göğüsler dengeyi yeniden kurmak için kullanılır. Dolayısıyla anneliğin kutsallığını yeniden canlandırmaya ihtiyaç vardır. Ve ayrıca kardeşliğin kutsallığını da yeniden canlandırmaya ihtiyaç vardır. Benim kabilemde kardeşlik yeteneğine saygı duyarız. Kadınların bir bütün olarak kadın kimliğini güçlendirmeye yardımcı olacak kendi yaşam alanları vardır. Böylece kadınlar olarak, sağlığı yaratabilir ve işlemeyen şeylerle ilgilenebiliriz.

Kadınların kelimelere ihtiyaç duymadan konuşma yöntemleri vardır. Bu yaradılıştan gelir ve erkeklerle olduğumuz zaman titreşimin etkisinin elektriksel bağlantının zor olmasının nedeni budur, çünkü bir kadınla konuşma şeklimiz gibi bir erkekle konuşmayız. Kız kardeşler arasında, kendimizi taşıma şeklimizde, enerjimizi taşıma şeklimizde bir anlayış vardır. Kız kardeşler arasında, kelimeler olmadan konuşmaya olanak sağlayan bedenlerimiz vasıtasıyla, gözle temas veya spiritüel temas vasıtasıyla meydana gelen birçok iletişim vardır."

İyileştirici Enerjileri Yaratmak

Sobonfu, kadınların çalışmasının bir parçasının, kadınlar olarak birlikte çalışmak olduğunu söyler. Diğer kadınlara güvenme ve kardeşliğe saygı duyma yoluyla, kadınsı enerjileri güçlendirir ve onları toplulukta tekrar uygulamaya koyarız. Ancak birbirimizle rekabet etmeyi bırakmamız gerekir.

"Kadınlar hayatta kalma tavrında olmadıklarını fark edebilirler; kaynaklar için mücadele etmeleri ve birbirleriyle yarışmaları gerekmez. Hayatta kalma tavrını takındığımızda ne olur? Hayatta kalmak için savaşırız! Ve sonra kıtlık ve rekabete dayanan bir dünyada yaşarız."

Gerçek bir topluluğu güçlendiren bir geleceğe doğru, bolluk gerçeğini destekleyen beraber yaşama şekline doğru hareket etmek için, sadece sahte topluluktan ayrılmakla kalmayız, aynı zamanda yaratıcı hale de gelmemiz gerekir. Bu sonraki aşamayı Sobonfu açıklar:

"Kıtlık dünyasında kabul ettiğimiz şeyler, çılgın bir topluluk yaratır. Bu yüzden hepimiz için yeterince olduğunu kabul etmemizi sağlayacak olan enerjiler yaratmalıyız. Birbirimizde açtığımız tüm bu yaraları iyileştirmeye başlama zamanıdır."

Sobonfu'nun kıtlık korkularını zayıflatan ve atlatan ve bize yeterince şeye sahip olduğumuzu hatırlatan enerjiler yaratmamıza dair önerisi, çok önemlidir. Hepimize fayda sağlayabilecek enerjiler yaratabileceğimizi her zaman idrak etmeyiz. Budistler, dünyadaki acıya son verme uğruna merhamet doğurmanın potansiyelini anlarlar. Ancak Batılı spiritüel zihniyette, genellikle dünyaya hizmet etmeye gerçekten kendimizi adamayız; daha iyi hissetmemize yardımcı olması için merhamet doğurmaya istekli olma eğilimindeyizdir. Sevgi, merhamet, huzur, cömertlik, yaşamdaki bolluğun farkındalığı gibi enerjilerin hepsi, yaşam topluluğundan gelen ve onu güçlendiren iyileştirici enerjilerdir. Ve dua, veya meditasyon gibi biçimsel spiritüel uygulamalar bu enerjilerin gelişmesine yardımcı olurken, bu kitapta anlatılan diğer tüm güçler de aynı şekilde yardımcı olur. Kadınlar ne ka-

dar yaratıcı olduklarını unutmuştur. İçimizdeki doğal şeyin, yaşamı meydana getirmek ve onu beslemek için daima çalıştığını unuttuk. Yaşamın aslında ne kadar canlı olduğunu ve canlı olan her şeyde olduğu gibi, onunla çalışmamıza, ona özen göstermemize, ona katılmamıza ve ona vermemize nasıl ihtiyaç duyduğunu unuttuk. Bu, günümüzdeki 'birlikte yaratma' popüler teriminin derin anlamıdır. İnsanlar olarak bizim yaşam gücüyle ve yaşamdaki enerjilerle çalışma gücümüz vardır. Kalplerimiz bir geçit ve üreticidir. Ancak özellikle kadınlar için, bedenlerimiz çocuk doğuranlar olarak eşsiz bir şekilde yerküreye bağlı olduğundan dolayı, yaratıcılığımız tüm yaşamı tepeden tırnağa iyileştirecek olan enerjiler üretir.

Anneler olarak, yaratımın nasıl meydana geldiğini ve hem arzumuzun ve sevgimizin, hem bedenlerimizin ve kalplerimizin gücünü nasıl içerdiğini hatırlayabiliriz. Bir çocuk doğurmak vasıtasıyla serbest bırakılan enerjiler muazzam sevgi, besleme, bakım, yaşamın tüm kutsallığının bilinçli farkındalığı diğer zamanlarda da bizim için kullanılabilir durumdadır.

Dr. Sun'ın kadınların emzirmeden sonra göğüslerindeki çakrayı etkinleştirmek için dua ve spiritüel uygulamaları nasıl kullanabileceklerini tarif etmesi gibi, kadınlar bilinçli niyetle, daha büyük toplulukları desteklemek için varlıklarının gücünü ve doğal bilgeliklerini kullanmayı öğrenebilirler. Yaşamın kutsallığını kabul etme, besleme yeteneğimiz, arzumuz, yerküreye içgüdüsel bağlantımız gibi bu kitaptaki güçler, yaşamlarımızın yaşayan gerçekleridir. Bizim için doğaldırlar ve onları kabul etme ve onlara saygı duyma yoluyla, yaşamın bu güçlerine erişir, onları etkinleştirir ve güçlendiririz.

Birçok kadın için eğer bir şey için çalışmak gerekiyorsa, o şey 'doğal' değildir. Ancak bunun nedeni, 'çalışma' anlayışımızı çaba ve irade gücü ile sınırlandırmamız ve sevgi ve özen yoluyla, arzu yoluyla, açıklık ve alıcılık yoluyla yaşam enerjileriyle birlikte çalışabileceğimizi unutmamızdır. 'Çalışma' ihtiyacımız olan şeylere ihtiyaç duymamıza izin vermeyi ve hem iç, hem dış haya-

tımızı biçimlendirdiklerinden dolayı ihtiyaçlarımıza saygı duymayı içerir. Bu saygı duyma, bir bilinç eylemi, bir dikkat değişimi, kendimizi tanımaya yönelik bir istekliliktir. Fikirlerimizi ve uygulamalarımızı yaratıcı 'çalışma' çevresinde değiştirme sürecinde yardımcı olan şey, Sobonfu'nun tanımladığı üzere kardeşlik gücünü yeniden canlandırmaktır. Diğer kadınlarla birlikte olmak vasıtasıyla, bizim için doğal olanı doğrulayabilir ve yansıtabiliriz. Kadınların gücü o kadar derin ve tümüyle belirgindir ki kelimeler ve irade gücü olmaksızın nakledilebilir. Sanki sadece birlikte olarak, içimizde neyin gerçek ve canlı olduğunu birbirimize hatırlatabiliriz. Sobonfu şu şekilde açıklar:

"Bunun bir kısmı, kardeşlik yeteneğini hatırlamak demektir. Bir kadın için en iyi destek başka bir kadındır. Ancak bir kadının düşmanı, kardeşliğin değerini bilmediğinde başka bir kadındır. Kadınlar geleceği yaratmak için gereken çok fazla bilgeliğe sahiptirler. Ancak birbirimize karşı değil, birlikte çalışmalı, birbirimize neyin önemli olduğunu hatırlatmalı ve doğal olanla birlikte giderek daha uzağa ilerlerken birbirimizi desteklemeliyiz."

Kadınlar her zaman topluluğun son derece basit ve güçlü bir yönü olan birbirine ihtiyaç duyma gerçeğinin kutsal olduğunu anlamışlardır. Bu farkındalığı anneler ve çocuklar olarak, tarih boyunca kocalarının gücüne dayalı olan eşler olarak en özel ilişkilerde yaşamışızdır. Ve bir yerlerde, Sobonfu'nun dediği üzere, kardeşler olarak yaşamışızdır. Kadınlar olarak, hâkim olan ataerkil değer sisteminin talep ettiği homojenlikte neredeyse kaybolan kimliğimizi canlandırmak ve yenilemek için bunu da geri kazanmamız gerekir.

Sobonfu 'Yara, iyileşmenin olduğu yerdedir.' der ve bu, aşırı bireyselliğin ve kişisel çıkarcılığın yıprattığı neredeyse parçalanan günümüz topluluklarında çok doğrudur. Ancak kadınlar başka bir topluluk daha gerçek bir topluluk bilirler. Eğer dikkatimizle ve adanmışlığımızla kendi yaratıcı çalışmasını yaptığı üzere bu içsel bilişi yeniden yerine koymaya ve ona uyum sağlamaya istekliyse ne doğabileceğini kim bilir?

Bölüm VII

Özlem

"En yüksek doruğundan güneş
Gece batarken,
Böylece batıyoruz,
Ruh ve beden."

(Mechtilde of Magdeburg)

Bir kadının kalbi nadiren evrende ideallerin dünyasında veya insanüstü soyutlamada ortaya çıkar. Zorla yaşama girer ve yerküreye, yaşamın birçok detayına yüzlere, ellere, çimenlere ve nehirlere sızar. Bu taşma, varoluşun tüm ağını besler. Bu kalp kırıklığı için isteklilikle birlikte yaşamak ve hatta ona ihtiyaç duymak, tüm evrendeki en büyük güçlerden biri olan ve kadınların en önemli spiritüel yeteneklerinden biri olan özlemimizi yaşamaktır. Giderek daha büyüyen ölçüde bir yaşamın parçası olması için ruha bir yol sağlar, içimize yaşamın giderek daha derinden girmesi için yaşama bir yol sağlar.

Özlem, derin bir ihtiyaç ve hassasiyet durumudur. Kalpte bir haykırış veya bir fısıltı gibi olabilir. Göz kulak olmak ve korumak istediğiniz hassas bir keder gibi hissedilebilir bir sevgilinin

uzakta olması durumunda onun dönüşünü beklemek gibidir. Uzak bir yerde akıldan çıkmayan sıla hasreti gibi hissedilebilir. Sizi paramparça eden bir acı gibi sevdiğiniz bir kişinin ölümü gibi olabilir ve ne yaparsanız yapın, dünyada yanlış bir şeyler olduğuna dair berbat bir his gibi olabilir.

Eski bir köle şarkısında özlemin acı bir şekilde nasıl söylendiğini duyabilirsiniz:

"Bazen annesiz bir çocuk gibi hissediyorum,
Bazen annesiz bir çocuk gibi hissediyorum,
Bazen annesiz bir çocuk gibi hissediyorum,
Evden çok uzakta..."

Ve çağdaş bir Emmylou Harris şarkısında bir pişmanlık olarak duyabilirsiniz:

"Ruhumda bir keder vadisi var
Her gece gök gürlemesini duyduğum bir yer
Uzaktaki bir davulun sesi gibi
Verdiğim tüm zarardan fazla..."

'Özlemi' daha çok, Zebur 42:1'de tarif edildiği üzere Tanrı'yı özleyen bir kalpte olduğu gibi spiritüel bir bağlamda duyarız: 'Geyik akarsuları nasıl özlerse, canım da seni öyle özler, ey Tanrı!'

Aynı zamanda özlem sadece bizim ihtiyacımız değildir; ilahi olanın da ihtiyacıdır. Bu, İslam'a ait hadisin gizemidir: 'Ben gizli bir hazine idim, bilinmek istedim ve kâinatı yarattım.'

Özlem, içimizin derinliklerindedir, tanınma ve saygı duyulma ihtiyacı duyar. Birçok üzüntümüzün esasını araştırdıkça ve onları oldukları halleriyle gerçek veya kalıcı bir şeye yönelik derin ihtiyaçlar olduklarını gördükçe, onların büyümelerine ve bize bir pusula gibi yaşamda gerçek kuzeyimize doğru yol göstermelerine izin veririz, bizim için önemli olmayan ve bizimle uyumlu

olmayan şeyleri parçalarız. Kadınların özlemi bu zamanda çok önemlidir. Yeni bir şeyin doğabilmesi için toplulukları yeniden yaratmada, yerkürenin kutsallığını yeniden sağlamada ve yaşamı arındırmada çok önemlidir. Eğer bu gizli güce saygı duyarsak, değişim için muazzam bir enerji üretir ve serbest bırakırız.

Özlemin Gücü

Özlem duymanın nihai noktası nedir? Bizi gerçek olana giderek daha çok yakınlaştırır ve gerçek olanı giderek daha yakınımıza getirir. Sevgiyi özlediğimizde onu ararız. Anlamı arzuladığımızda, anlam bulmak için yaşamla yakından ilgileniriz. Oyunlardan ve yüzeysellikten sıkıldığımızda, daha kalıcı bir şeyler ararız, dua ederiz ve o yönde çalışırız.

Yüzeyden derinlere doğru ilerledikçe, tüm bunları kendi iyiliğimiz için yaparız. Aynı zamanda arayışımız ve hayata hizmet etmeye bağlılığımız için yaparız. Gerçek ihtiyacımız vasıtasıyla yaşamla ilişki kurmaya başladıkça, dikkatimiz, ilgimiz, bilincimiz, bunların hepsi yaşamla yakın ilişki kurar. Özlem, bağlantıyla ilgilidir. Bir şeyleri hayata döndürmeye ve kendimize katmaya özlem duyarız ve özlemimizi takip ederken giderek daha derin bağlantılar kurarız.

Dünyamızın lunaparkında anlam bulmak için ilerledikçe, anlamın kendisi bulunur. Huzur için çalıştıkça, huzur gitgide daha etkin hale gelir. Kendimizi sevgiye açtıkça, sevginin gelişeceği daha çok yer olur. Ancak bu gücün etkin hale getirilmesi için, bu gücün kabul edilmesi ve yaşanması gerekir. İncil'de Matthew'da 'Dileyin, size verilecek' denilir ve bu dileme, özlemin sesidir. Bu olmadan almayız beraberinde hiçbir şey gelmez; hiçbir şey açığa çıkmaz.

Bu 'dileme' ile ilgili derin spiritüel gerçek, aşikâr olan günlük bir gerçekliktir. En sahici içten ihtiyaçlarımızla ilgili arkadaşlarımızla veya eşlerimizle konuştuğumuzda, genellikle gönülden

bir tepkiyi zorlayan budur. Acı çeken bir insanın veya hayvanın yüzüne baktığımızda, genellikle çaba göstermeden merhametimiz ortaya çıkar. Kapalı bir kalpten çok az şey meydana çıkar. Bir anı dönüştüren daha ziyade bizim açıklığımız, hassasiyetimiz ve gerçek ihtiyacımızdır. Özlemimizi yaşamak demek, yaşamlarımızdaki acıya saygı duymak ve aynı zamanda kendimizi anda ihtiyaç duyulan şeye adamak demektir. Özlem, ihtiyacımız olduğunu düşündüğümüz şeyin aslında daha önemli bir şey üzerindeki kılıf olduğunu ortaya çıkarana kadar özlemi takip edebiliriz ve sonra o örtünün kalkması için cesaretimiz olur. Bu bir serbest bırakma sürecidir. Ancak daha derin ve daha gerçek bir şey haline dönüştürme işlemidir.

Bu süreç, yaşamlarımızın birçok alanında iş başındadır. Adalet veya huzur için özlemimizin çalışmamızı teşvik etmesine her şeye rağmen sosyal değişim için izin veririz. Bedenlerimizde hayati yaşam özünü hissetmek için sağlıklı olmayı arzularız, bu yüzden sağlıksız gıdalara olan bağımlılığımızı bırakırız. Özlemimizle birbirine öylesine geçmiş olan yaşam gücünün kendisine erişimimiz olmasaydı, yokluk veya çekilme yoluyla bu geçişi yapamazdık.

Bir aşk ilişkisine içinde sadece yıkıcı unsurları bulmak üzere çekiliriz. Daha iyi, daha derin ve daha kalıcı bir şey için ayrılmanın yalnızlığı vasıtasıyla özlemimizin bizi götürmesine izin veririz. Hatta kendi yolu veya ışığı, eşsiz bir şekilde kendimizinkini bilmemize bir engel haline geldiği takdirde, spiritüel bir öğretmeni bile ardımızda bırakabiliriz. Hiçbir kılavuz olmadan gerçeğe olan özlemimizin bizi bilinmeyene yönlendirmesine izin veririz.

Tüm bu durumlarda özlem bizi daha derine ve daha ileriye sürükler, biz eskinin göçüp gitmesine izin verirken daima bizi destekler. Bu destek mümkündür, çünkü özlem temel yaşam gücüdür. Bizi bir süreliğine ayakta tutan, ancak yeni bir fikir ortaya çıktığında enerjisini veya cazibesini kaybeden soyut bir 'fikir' veya 'kavram' değildir. Gerçekte işe yaramayan bir şekilde sonuçlanan bir arzu nesnesi gibi değildir. Özlem, evrendeki en büyük

güçlerden biridir, kendi nihai amacı için daima bizim vasıtamızla iş başındadır, bizimle birliktedir. Yuvaya dönmemiz için bize yardımcı olmak üzere verilmiştir.

Özlem gücünü yaşadıkça, aynı zamanda güç ve dayanıklılığımızı geliştiririz ve ayırt etme gücümüzü bileriz. Özlem, bize yaşamın en temel gıdasını çeken ihtiyaçla aynıdır. Ama şöyle sorabiliriz Gerçekten ne için açlık çekiyoruz? Gerçekten ne istiyoruz? Gerçekten neye ihtiyacımız var? Ve neden? Bu sorularla birlikte, ikameleri gerçek şeylerden ayıklamaya başlarız ve özlemin gücüne başrolü veririz. Fazla yemek yemenin o an için yardımcı olabileceğini anlarız, ancak yemekle olan ilişkimiz içerisinde kendi bedenlerimizde bütün hissetmek ve beslenme yoluyla çevremizdeki dünyaya daha çok bağlanmak için daha derin bir açlık yatar. Dünyamızda 'fazla yemeğe' benzer birçok şey vardır, onları kabul etmemiz ve atlatmamız gerekir.

Bu ayırt etme, bir kadının bütünlüğe doğru gelişiminde temel bir adımdır ve özlemle kamçılanır. Psyche ve Eros'un efsanesinde ki bu efsane günümüzde genellikle kadınların bilincinin gelişiminin arketipsel bir açıklaması olarak yorumlanır. Hamile olan ve sevgilisi Eros için özlem duyan Psyche'nin, Eros'un kıskanç annesi Afrodit'in verdiği, görünüşte imkânsız olan bir dizi görev üzerinde kafa yorarken, yüzleştiği ilk görev ayırt etmedir. Bu ilk görevde, hepsi birbirine karışmış olan farklı çeşitteki tohumlardan oluşan kocaman bir yığını ayıklayarak ayrı bir şekilde istiflemesi gerekir. Bu özen isteyen ayırt etme görevinde onu yönlendiren Eros'a olan özlemidir ve bu görevi tamamlamak için ihtiyacı olan şeyi çekmesini sağlayan bu özlemdir.

Özlem bizi ayırt etme yeteneğimizi kullanmamız için zorlar. Bir arayış ve sınıflandırmaya mecbur bırakır. Bizi yönlendirmesine izin verdiğimiz müddetçe, doğruyu yanlıştan, gerekli olanı boşuna olan şeylerden ayıklamamız için ihtiyacımız olan netliği bize sağlar ve bizi daha derinlere, asıl merkeze doğru taşır. Ayırt etmeyi özlemimizle birlikte kullanarak, bir güvenlik veya kanaatin hemen tespit edilmesi için en önemli olan şeyde uzlaşabilece-

ğimiz tüm yolları görmeye başlayabiliriz. Bir kez bilincimiz bu hemen göze çarpmayan uzlaşmalara uyum sağladığında, onlara müsamaha göstermeye daha az kadir oluruz.

Özlem ebedidir. Nesneleri genellikle anlık olarak ilgi çeker. Kötü alışkanlıklar bir kez geçtiğinde onları unuturuz. Kötü erkek arkadaşları unuturuz. İşe yaramazları bir tarafa koyup hayatımıza devam ederiz. Ancak hem vaatleri hem gönül yaraları ile birlikte özlem, en güvenilir yoldaşımız haline gelir.

Kadınlarda Özlem

Özlemin bizi çıkardığı yolculuk, nesneye yönelik değil, sürece yöneliktir. Özlemimiz bizi yaşamda ayakta tutar, deneyimlerimizi olgunlaştırır, kendimizi tanıdıkça ve kayıplarımıza katlandıkça giderek büyüyen bir güç, dayanıklılık ve adanma geliştirir. Neye karşı sadığız? Ona 'Gerçek' veya 'Sevgi' veya 'Tanrı' diyebiliriz. Ancak kadınlar için bu etiketler genellikle aşırı soyuttur. Bunun yerine biz 'çocuklarımız', 'bahçe', 'ailemiz', 'sanatımız' diye adlandırırız. Kadınların spiritüel yeteneklerinden biri budur. Kutsal olan için birçok ismimiz vardır.

Ataerkil dinlerin birçoğunda, Mutlak olanın göreceli dünyanın bir parçası olmadığına dair bir algıyla birlikte, göreceli ve Mutlak olan arasında güçlü bir ayrım olduğunu görürüz. Mutlak, yaşamda bulunmayan deneyüstü, uzak bir güçtür. Kalplerimizde ilahiliğin tadını bırakır ve daha fazla vaat için sadece cennete veya 'kurtuluşa' başvururuz. Ancak ilahi Yaratıcı mevcutken ve kalplerimiz O'nu (erkek) özlerken evrende de İlahi olan vardır ve kalplerimiz O'nu (kadın) da arar. Bu genel olarak kadınların doğal yönelimidir. Erkeklerinkinden az ya da çok daha gerçek değildir. Ama günümüzdeki bu dünyada, bazı açılardan daha ilişkili olabilir.

Bu demek değildir ki kadınlar deneyüstü bir mutlak için özlem duygusuna sahip değildir. Elbette özlem duyarız. Ama ayrı-

ca her yerde mevcut olanla yakınlığa da özlem duyarız. Ve her yerde mevcut olan ilahi olana, hâkim olan dini yapılarımızda eşit derecede değer verilmediğinden dolayı, o özleme de saygı duyulmaz. Aşkın Yaratıcıya doğru adım attıkça sıradan hayattan çıkmak bir erkek modelidir ve genellikle kadınların işine yaramaz. Ancak üstünlük yarışının tozuyla geride bırakılan yaşamın kendisinin de işine yaramaz.

Erkeklerin geleneksel arayışında, belki on yıllarca süren uygulamalar ve genellikle kanaatkârlık, bizi daha sonra dünyaya ve burada mevcut olan ilahiliğe yönelten Tanrı ile birliği sağlayabilir. Bu, spiritüel kaynaklarda 'birlik' olarak tanımlanan durumdur uzun bir yolculuk sırasında gerçekleşir. Ancak bu yolculuk zamanla meydana gelir ve bir erkeğin veya erkek bir toplumun aşkın olana odaklandığı tüm yıllar boyunca, her yerde mevcut olan görmezden gelinir. Ve eğer herkes nihayetinde açığa çıkan ilahi birliğe yolculuk yapmasa da, yine de her yerde mevcut olan kabul edilmemiş olarak kalır.

Ataerkil bir modelde en gerçek tehlike budur. Bu bakış açısını, eski keşiş Jack Kornfield'in Vecitten Sonra, Kirli Çamaşırlar (After the Ecstasy, the Laundry) adındaki popüler Budist kitabının başlığında duyarız. Bu kitap, manastıra özgü bir yaklaşımın inzivada geçirilen yıllar ve sonrasında yeni farkındalıkla dünyaya dönüş de dâhil, geleneksel erkek yolculuğunu sırasıyla kaydeder. Ancak o yıllar boyunca kirli çamaşırları kim yıkıyordu?

Birçok kadının vecde gelmiş birlik arayışında kirli çamaşırları geride bırakma lüksü yoktur. Kadınlar yuva kuranlar ve çocuklara bakanlardır. Tonlarca kirli çamaşırla birlikte yaşarız! Eğer vecde erişilecekse, çamaşır yıkamanın öncesinde, sonrasında veya sırasında vecde erişilir. Ceplerde bulunan küçük şeylerde, katlanmış çorapların açılmasında, yenin çözülmesinde, sıkma sırasında esnek bir kravatın çözülmesinin ardından eski haline getirilmesinde. Bunun nedenlerinden biri, bu görevlerin sevgi veya ilgimizin doğal vasıtaları olmaları, ilahi olanın her yerde mevcut boyutunun doğal yansımaları olmalarıdır. Ancak aynı zamanda

eğer kadınlar bu görevlere nasıl sevgi ve ilgi katacaklarını bilmiyor olsalardı, delirirlerdi. Ve birçoğu delirmiştir. Ama tüm o kirli çamaşırlarla, dışsal genişleme için tüm fırsatların reddedilmesiyle, tüm seçeneklerin sınırlandırılmasıyla, tüm o dünyevi angaryalarla hayatta kalanlar, hepimizin duyması gereken bir sırrı bilirler vecdin her zaman nasıl bizimle birlikte olduğu ve ilahi mevcudiyet söz konusu olunca nasıl önce ve sonranın olmayışına dair sır.

Bu cinsiyete özgü bir sır değildir; yaşamın ve ilahi olanın sırrıdır. Ancak kadınların tarih boyunca kısıtlanan dış manzaraları, doğal ve bünyelerinde olan bütünlükleri, bu sırra sürekli bir davet sunmak için eğer korkutucu değilse birlikte çalışır. Günümüzde spiritüel arayışın hüküm süren paradigması, kadınların ilahi olanın her yerde mevcut olan doğasını kabul etmeye yönelik doğal içgüdüleri, giderek daha çok kadının spiritüel yaşamla ilgilenmesi vasıtasıyla etkin duruma geldikçe ve hepimiz bu paradigmanın dünyayı nerede terk ettiğini belirsiz bir alçalmada terk ettiğini fark ettikçe gerilemektedir.

İlahi içkinliğe saygı duyma çağı, hem erkekler hem kadınlar için çok yakındır. Bir bütün olarak dünya, ilahi doğasının kabul edilmesinden gelen bir yenilenmeye ihtiyaç duyar. Ve kadınlar kendileri için doğal bir şekilde özlem hislerini yaşama fırsatına ihtiyaç duyarlar. Bu simetri tesadüf değildir. Ancak erkekler hâlâ kadınların güçlerini yerine getirmelerine direnirler ve kadınlar hâlâ kendilerinin olan şeyi yeniden kazanmaya tereddüt ederler. Tereddüdümüz hem eşsizliğimize dair içselleştirilmiş bir tarihsel körlükten, hem de yaşamlarımızda ne anlama geleceğinin korkusundan gelir. Çünkü özlemimizi sürerken, gerçek olmayan şeylerin gerçekte canlı ve uyumlu olmayan şeylerin ortadan kalkması gerekir. Dış dünyadan herhangi bir doğrulamaya ve hatta diğer arayıştakilere ve öğretmenlere ihtiyaç duymaksızın cesur olmalıyız ve özlem mesajlarına saygı duymalıyız. Rüyalarımız ve kalplerimiz bize yol gösterecektir ve diğer kadınlar içgüdülerimizi doğrulayabilir. Özlem birçok yoldan görülebilir. Rüyalar ve pişmanlıklar yoluyla görülebilir; yaşamla yeni bir şekilde ilgilenmek

için ani bir ihtiyaçla veya eski ilgilenme şeklinden yorulma şeklinde görülebilir.

Britanya Kolombiya'sında bir kadının rüyasında, rüya gören kişiye eski bir arketipsel enerjiyle yaklaşılır:

"Evimin arka verandasında ayaktayım ve okyanusa doğru bakıyorum. Sırf siyah orkalardan oluşan bir sürünün koya doğru yüzdüğünü görüyorum. Onları görmekten dolayı çok heyecanlanıyorum. Onlardan üç veya dört tane var ve onların güzel sırt yüzgeçlerini görebiliyor ve görkemli mevcudiyetlerini hissedebiliyorum. Son dönemde bir projede birlikte çalıştığım bir kadın yanımda dikiliyor; aslında bir orka araştırmacısı ve bu yaratıklar hakkında benden çok daha bilgili bir kişi. Aniden orkalar sudan yüzeye çıkan büyük, bir bakıma tehdit edici siyah ejderhalara dönüşüyorlar. Ona uzmana gitmek yerine şaşırtıcı bir şekilde bana yanaşıyorlar. Hayranlık ve endişeyle orada dikilirken, içlerinden biri şöyle söylüyor: 'Yardımına ihtiyacımız var.' Ejderhalara nasıl yardım edeceğimi bilmediğime oldukça emin olduğumu açıklayarak geriye çekiliyorum."

Bu rüya gören kişi önce orkaları, daha sonra ejderhaları dişil enerji ile onun açıklamasına göre 'karanlıkta olan, üstü kapalı, ancak canlı olan, görünmeyende görünen bir yer' ile ilişkilendiriyor. Bu 'görünmeyen' âlem, kafa karıştırıcı ve hatta korkutucudur ve rüya gören kişi bu yardım etme çağrısından geri çekiliyor. Psikolojik dinamikleri deneyimlerinin öncüsü durumundadır ve bu dinamikler, onun bu derinlikle ilişki kurmak için henüz hazır olmadığını psişesinde açığa çıkarıyorlar. Ancak rüyası üzerinde düşündükten ve onu iyice duyumsadıktan sonra, hayatta olan ancak bilinmeyen bu yönünden şüphe etmemek için daha büyük bir isteklilik uyanır. 'Bildiğim veya hissettiğim şeyler hakkında nerdeyse suçlu, tereddütlü ve şüpheli (zayıf) hissetmekten, onları hayatımın bir parçası olarak ve sadece kim olduğumun başka bir yönü olarak kabul etmeye geçtim.'

Kadınların içgüdüsel doğası, geçmişte erkeklerin kahramanlık maceralarında öldürmeleri gereken ejderha ile simgelenen arketipsel enerjilerle bağlantılıdır. Bu rüyayı gören kişi onunla bağ-

lantı kurarak, bu derin enerjiyle birlikte olmanın yeni bir yolunu buluyor. Bu yol daha güvenli, kendi içinde daha dengeli bir yoldur. Ve bu yeri, yardım için ejderhaların ihtiyacını kabul ederek ve onu hissederek keşfediyor. Onu burada kendi benliğine bağlayan bir özlem, umutsuz bir çağrı, bir ihtiyaçtır.

Özlem, varlığımızın derinliklerinden gelir. 'Uzman' bilgiç arkadaşımızın iç görülerine olan ihtiyaç değildir, okyanusun karanlığından, hislerin ve içgüdünün içteki gizli yerinden gelen bir yardım çağrısıdır. Rüyayı gören bu kişi için önemli olan şey, ejderhalara cevabıyla ve idrak etmesiyle hissettiği, bildiği, bu çağrıyla harekete geçendir. Kendi bireysel psişesinde ve tüm kolektif psişemiz boyunca, kendi arayışlarını yaşarken geçmişteki prensler ve kahramanlar tarafından öldürülen, bilinçte kaybedilen bu ejderha enerjisine, bu temel dünyaya ve ruh enerjisine giderek daha yakın hale gelmesi içindir. Ejderha ile daha yakın hale gelmesi içindir; ancak bu yakınlıktaki ve saygı duymadaki ilk adım, karşılık verdiği özlemdir.

Seattle'dan bir yazar için özlem, çok farklı bir rüya imgesi yoluyla kendini belli etmiştir:

"Bir kahve dükkânına giriyorum. Başkan Obama'nın da bu dükkânda olduğunu fark ediyorum. Sipariş vermek için sırasını bekliyor ve ben de saygılı bir şekilde ona yer tanıyarak sıramı bekliyorum. Beni görüyor ve bir bankın üzerinde yanıma oturuyor. Beni selamlıyor ismimi söylüyor ve bundan çok etkileniyorum. Yüzü benimkine çok yakın ve diyor ki: 'Daha fazlasını yapabilir misin? Daha fazlasını yapabilirsin! Daha fazlasını yapabilirsin!' Aynı anda ona: 'Daha fazlasını yapabilirsin! Lütfen yap. Cesur ol! Olaylar değişebilir!' diyorum. Esmer yüzünün çizgilerinde gözyaşlarının akmaya başladığını görüyorum. Kendi yüzümde bu gözyaşlarının akışını hissediyorum. Bu yakın, hassas ve ağır üzüntü içerisinde ağlayarak oturuyoruz."

Bu rüyayı gören kişi için onu çağıran, Başkan ile imgelenen dünyaya katkıda bulunma ihtiyacıdır. İnsanlara, ülkeye ve dünyaya yardım etmek için soyut veya 'spiritüel' bir şekilde değil, dünyevi ve siyasi bir şekilde daha çok şey yapabileceği kendisine

hatırlatılmıştır. Onun için dışa dönme ve katkıda bulunma zamanı gelmiştir.

Washington'dan 70 yaşındaki bir kadın için, yıllar boyunca belli bir şekilde yaşadıktan sonra özlem yeni bir hale bürünür:

"Bilirsiniz, her zaman öyle bir düşünür olmuşumdur. Bir bilim adamıydım. Kafamda yaşadım. Zihnimle ilgili gibi görünen spiritüel uygulamalarda bulundum. Tüm bunlarda eksik bir şeyler olduğunu şimdi anlıyorum. Hayatıma şimdi bakıyorum ve gerçekten özlediğim şey gerçekten istediğim şey yerküreyle, toprakla, bedenimle ilişki kurmaktır. Bu bağlantıyı daha fazla bilmek ve hissetmektir. Bahçemde daha çok vakit geçiriyorum. Daha sağlıklı hissedebilmek için vücudumun ihtiyaç duyduğu şeylere daha çok kulak vermeye çalışıyorum. Sadece yerküreyle bu bağlantıyı kurmayı istiyorum. Bazen tüm bu yıllar boyunca neleri kaçırdığımı, tüm bu güzel şeyler olurken benim nasıl bu kuramsal alanda kaldığımı fark edince, sadece çok fazla pişmanlık hissediyorum. Ama gerçekten yerküreye dönüp 'Bunu istiyorum, seni tanımak istiyorum.' der demez, sanki beni tamamen kucaklıyor ve geçen onca zamanın hiçbir önemi yokmuş gibi oluyor. Bunun nasıl hissettirdiğini aksi halde çok acı verici olacak olan tüm kayıp hissini nasıl silip götürdüğünü kelimelere dökemem..."

Bu kadın bir yaşam boyunca yerküreyi görmezlikten geldikten sonra, onunla derin bir ilişkiye girmeye çağrılıyor. Özlemini kabul ettiğinde, zihnin kopukluğunun ve onunla birlikte gelen her şeyin korku, pişmanlık, ayrılık bir şekilde bu yakınlıkta çözüldüğü bir bütünlüğe ulaşıyor. Kadınlar için özlediğimiz şeyi özlememiz için kendimize izin vermek ve özlemimizi inkâr etmemek, geçmiş düşüncelerle veya diğer insan modelleriyle yaratılan küçük kalıplara sığmaya çalışmamak çok önemlidir.

Günümüz dünyasında birçoğumuz yaşam ve uygarlık hakkında öyle bir huzursuzluk hissederiz. Ataerkil bir dünyada bir yer bulmak için çabalamanın acısını ve yuvasına dönmeye çalışan bir ruhun acısını hissederiz. Birçok kadın için bu ikisi arasında spiritüel ve dünya arasında hiçbir ayrım yoktur. 'Spiritüel' veya 'dünyevi' ikilikten bağımsız olarak özlemlerinin yaşamasına

izin vermek, kadınlar için çok önemlidir. Aksi takdirde, gücümüzü hizmet edemeyeceği bir dolapta kilitli tutarız.

Özlem ve Bağlılık

Kadınların özlemi için kültürde genellikle küçük bir yer vardır. Ancak belki daha zarar verici olan, spiritüel topluluklarda özlem gücünün farkındalığının eksikliğidir. Uzun zamandır kadınlar 'bağlılıklarının' çokluğundan dolayı kötülendiler. Ama erkekler tarafından bağlılık gibi görülebilen şeyler genellikle kadınlar için basit olarak hayatta özlemlerini yaşama şekilleridir. Diğer insanlara, nesnelere, deneyimlere, hayvanlara ve bitkilere, çocuklarımıza olan duygusal bağlılıklar, spiritüel bağlılıklar için engel olmak yerine, hizmet için vasıtalar olabilirler. Bağlılıkların tutkularımız ve aşırı ihtiyaçlarımız tarafından yönetilen bir yaşamın göstergeleri olduğunu okuduk ve bize bu söylendi. Duygusal iniş çıkışlar ve cinsel istek, güçlü bağlılıkları yansıtır. Diğer insanlarla birlikte olma ihtiyacı hatta sevilme ihtiyacı ve iyi hissetmek için başkalarına yardım etme ihtiyacı da bağlılıktır.

Bunun aksine kopma, bizi bağlayan tüm bu bağlardan özgür olduğumuz bir duruma işaret eder. Bu özgürlük uzun zamandır feragat edilen bir yaşamla, ailenin, toplumun ve tabii sorunların geride bırakılması yoluyla elde edilen harika bir kayıtsızlık hissiyle ilişkilendirilmiştir. İsa ailesini terk etti, Buda karısını ve çocuklarını terk etti ve bu adımları takip ederek yogiler, keşişler ve rahibeler kopma ve spiritüel özgürlüğü, tecrit ve dünyevi hayatla ilgilenmeyi bırakmayla uzun bir süre ilişkilendirdiler.

Ancak 'kopma' oldukça fazla bir şekilde, insanın psikolojik olgunluğunun önemli bir yönü olduğu ilan edilen 'otonomi' ve 'ayrılma' gibi görülür ve Carol Gilligan bunların ataerkil alanda erkek değerleri olduğunu akıllıca ifade etmiştir. Kadınların ve kızların farklı bir şekilde geliştiklerini öne sürmüştür. Beyin kim-

yasındaki yeni araştırmalar ve evrimsel psikoloji bunu doğrular. Elbette bu spiritüel olarak da uygundur.

Bağlılık yoluyla ne olur? İki varlık enerji ve deneyim paylaşır. Köpeğine bağlı olan bir kadın, kendisini köpeğiyle paylaşır ve köpeğini dünyasının bir parçası olarak görür. İşine bağlı olan bir kadın, bağlı olmadığında mevcut olmayan bir adanmayla kendisini işine verir. Bir erkeğe bağlı olan bir kadın kendini açar ve onunla yaşar, birleşmenin muhafazasına besleme ve sevginin akmasına izin verir. Çocuklarımıza bağlılık, gelişmelerinde gerekli bir unsurdur ve bağlılığın gücünü inkâr etmiş, bebeklerde ve genç çocuklarda bile bireyselliği vurgulamış olan bir Batı kültüründe bağlılık sorunlarının birçok genç insanı rahatsız etmesi şaşırtıcı değildir. Hâlâ kopma ve bireyselliğe yapılan vurgunun, diğer kültürlerde etkin olmayan kültürel bir yapı olduğunu anlamıyoruz. Bağlılığa yeni baştan bakma ve onu enerji değiş tokuşu ve sadece bağlantı, topluluk ve ihtiyaç vasıtasıyla hayata geçecek olan güçler için gerekli bir vasıta olarak görme zamanıdır.

Kopma üzerine aşırı vurgu yoluyla, açık bir şekilde görünmeyen enerjileri ve spiritüel öğreti olarak görülebilen, ancak sadece spiritüel uyanışımız için değil, aynı zamanda bağlantımıza ve hatta bağlılığımıza dayanan çevremizdeki hayata da aslında zararlı olan tutumları kolaylıkla etkinleştirebiliriz. Sınırlı bakış açılarımızdan veya arzularımızdan kendimizi özgürleştirmek yerine, psikolojik veya spiritüel önyargılarımızı yaşamla tam olarak ilgilenmeye karşı pekiştiririz. O ilgilenmeyle birlikte gelen hassasiyetlerden ve sorumluluklardan yüz çevirirız, yaşamın beslemesinden kendimizi koparırız ve yaşamı, insan bilincinin kendisinde var olan güçlü yeteneklerinden koparırız.

Özellikle dünyevi yaşamda olduğu kadar spiritüel yapılarda da kendi yerlerini bulmaya çabalayan kadınlar genellikle kendi doğalarına karşı bağlılığa, bağlantıya değer vermeye karşı, diğerlerini ve yaşamı kendilerine yakın tutmaya dair temel içgüdülerine karşı mücadele ettiklerini fark etmezler.

Kadınlar sadece ilgiye bağlı değildir, yaşam da kadınların ilgisine bağlıdır.

Özlemin Gölgesi

Tüm güçler gibi özlemin de karanlık bir yüzü vardır. Sevgi, yaşam, beslemeye derin bağlılığımızı yaşamadığımızda, aldatıcı ve kestirme çözümlere bağlı hale geliriz. Eğer özgün ihtiyaçlarımızı kabul etmezsek, psikolojik olarak umutsuz ve uzlaşmacı hale geliriz. Ruhlarımızın içsel zayıflığına ve hassasiyetlerine saygı duymazsak, zayıf ve güçsüz hale geliriz. Kabul edilmediği takdirde ruhun özlemi, bizi güçsüz ve korkmuş halde ve aynı zamanda kendi içimizdeki güçten uzaklaştırılmış halde tutan birçok psikolojik alışkanlığı ve bağımlılıkları kamçılar.

Özlemde karanlık tarafın hiç karşılanmamış veya çözülmemiş ihtiyaçlarla yapacak çok işi vardır. Özlem, ruhun gerçek olana ve aslında dönüştürücü veya besleyici olana ihtiyacıdır. Ancak eğer özlem kabul edilirse ve yaşanırsa, enerjileri giderek yayılan psikolojik, fiziksel ve davranışsal kalıpların belki de en çarpıcı örneği olan bağımlılıklar gibi yaşam yıkıcı bağlılık biçimleri vasıtasıyla ortaya çıkar, büyüme ve gelişim ihtimalini zayıflatır. Özlemin yaşama hizmet eden bağlılıkları özgün ihtiyaçlar yoluyla bağlantılara ve ilişkilere daha derinden çekildiğimiz yollar olumsuz olarak bağımlılıkların yaşam yıkıcı maddelere veya bizi hapseden deneyimlere bağlılıklarıyla aynalanır. Ancak derin yaşam gücü aynıdır ve püf noktası ihtiyaçlarımızın gerçek doğasının bilincine varmak ve onlara sadık kalma cesaretini geliştirmektir.

Sufi yolundaki bir adamın eroin bağımlılığı vardı. Ama Sufi öğretmeni ona, eroine olan ihtiyacının aslında sevgiye olan ihtiyacı olduğundan dolayı çözülebileceğini söyledi. Karısıyla sevgi dolu ilişkisiyle ve sevgiyle işleyen spiritüel yola adanmışlığı sayesinde, özlemi giderildi ve yaşamı inkâr eden değil, yaşamı destekleyen kanallara yönlendirilebildi. Budist bir kadın hayatının

büyük çoğunluğunda yeme bozukluklarından muzdaripti, ama ruh seviyesinde mevcut olan sevgiyi keşfettiğinde, sonunda o sevgiye olan ihtiyacına sadık kalabildi ve kendini tahrip eden alışkanlıklarını bırakabildi.

Karışık ve çarpıtılmış özlemi bilinçsiz bir şekilde yaşadığımız birçok yol vardır. Depresyon, madde istismarı, yeme bozuklukları, kötü eğilimli ilişkiler ve kendi kendine zarar verme gibi günümüz kadınlarını rahatsız eden birçok bela, özlemle ve onun nasıl yaşanacağı ile ilgili bir karışıklığın ifadeleri olabilir. Hakiki özlemimizin gücünün yansımasına çok az sahip olan çağdaş toplumumuzda bu karışıklık büyür ve sürekli olarak dikkatimizi dağıtan alternatiflerle bizi besler.

Emzirmeyi tam olarak desteklemeyen, bize Twinkie, kola ve toksinlerle dolu yiyecekler satan, organik gıdayı çok pahalı hale getiren bir toplumda gerçek beslenme için açlığımız, yeme bozukluklarına ve bitmez diyetlere dönüşür. Sevilme özlemimiz romantik ilişki zorunluluğu veya anlık tatminler sunan, devamı gelmeyen cinsel durumlar altında gizlenir. Bağlanma özlemimiz bizi, acıtıcı bir yalnızlıktan kurtulmamız için bulabileceğimiz her türlü ilişkiye sürükler. Gerçek gücümüzü yaşamaya dair özlemimiz, güçsüzlüğün korkusunu atlatmak için maddi güvenliği istememizi sağlar.

Genellikle kurban gibi hissettiğimiz ilişkiler ve durumlar, özlemimizi yaşamanın çarpıtılmış yollarıdır. İçimizde eziyet veya işkence görme hissimizi uyandıran durumlarda kalırız, çünkü bunda bir zevk vardır. Ne yazık ki bu özlemin gerçek tatlılığı değildir, bizi gerçek şeyden uzaklaştıran saptırılmış bir biçimidir.

Genellikle içimizde korkunç bir açlık gibi kükreyerek görünen büyük ihtiyaca son vermeye çalışmanın birçok yolu vardır. Ancak bunlar işe yaramaz, çünkü bunlar gerçekte özlem duyduğumuz şeyler değildir. Carl Jung'un dediği gibi 'Sinir bozukluğu her zaman için meşru acı çekmenin bir ikamesi olmuştur.' İkamelerle kolaylıkla engellenen bizi uyanışa ve dönüşüme doğru iten şeyin meşru olarak acı çekme olduğunu fark etmiştir.

Özlemimizin iktidarsızlık ve kendi kendine zarar vermenin psikolojik kalıplarına bağlanabileceği birçok yolu vardır. Bu yüzden ayırt etme bu kadar çok önemlidir. Özlemimizin ipliklerini görmek ve onları psikolojik kalıplardan çözmek için dürüstlüğe ve netliğe ihtiyacımız var. Özlem ruhtan gelir, psikolojik ihtiyaçlarımızdan farklı bir ses ve his taşır. Psikolojik ihtiyaçlarımızı bırakmaya istekli olmak ve ruhun genellikle daha korkutucu ihtiyaçlarını hissetmek, bu alanın bildiğimiz her şeyden daha çok engin ve derin olmasından dolayı acı verebilir ve hatta dehşete düşürebilir.

Ancak özlemimize değer vermeme seçeneği, gösterdiği yolu takip etmeme, ödemeye istekli olmamamız gereken bir bedel gerektirir. Arap ülkelerinde kadınların, onlar için hiç yer olmayan bir yaşamda son çare olarak kendilerini yakarak kurban etmeleri, ruhlarımızın kendimiz olmak için yanıp tutuşurken hiç çıkış yolu olmadığında ve bu yanışı kendimize çevirdiğimizde meydana gelen belki de en dehşete düşürücü örnektir. Bu dehşet verici kendi kendine zarar verme sadece Arap ülkelerinde değil, aynı zamanda dünya çapında kadınların haklarının ve olanaklarının olduğu yerlerde de farklı biçimlerde meydana gelmektedir. Hâlâ kendi kendimize zarar veriyoruz; hâlâ kendi içimizdeki güce saygı duymuyoruz; hâlâ bizi yutan ve aptalca bir ikame ortaya çıkaran unutmaya boyun eğiyoruz.

Kadınlar öyle ya da böyle yanacaktır. Sevgiyle ve gerçek olana adanmayla yanabiliriz veya yanıp yok olabilir veya materyalist oyalanmalardan, romantik yanılgılardan oluşan anlamsız bir hayatın yavaşça kendimizi yakarak kurban etmesini kabul edebiliriz. Ne tür bir yanmaya izin vereceğimiz bize bağlıdır.

Kadınlar ve Acı

Özlemimizi görmezlikten gelmemizin ana nedenlerinden biri, acısının derin ve tükenmez olmasıdır. Daha az acı, bizim yarattığımız ve kontrol ettiğimiz acı, daha çok makbuldür.

Özlemimizi yaşamak demek, kadınların acısı hakkında bir şeyi anlamak demektir. Acı hepimizin yaşamının bir parçasıdır, ancak kadınlar için bu özellikle doğrudur. Acı, özlemimizle ve hayatımızda özlemimizi nasıl yaşadığımızla birbirine geçmiş haldedir. Bedenlerimiz boşaltma, arındırma ve beklemenin yeni bir yaşam ve sevgiye olan özlemin fiziksel bir yansıması olan regl sırasında aylık olarak genellikle ağrı çeker. Bir çocuğu dokuz ay boyunca karnımızda taşımanın kesintili olarak devam eden ağrısını çekeriz ve sonra doğurganlığımız sona erdiğinde yıllarca süren menopoz ağrısını çekebiliriz. Kalplerimiz ailelerimizin üzüntülerini ve çevremizdeki hayatın kederini taşır. Birçok erkeğin anlamakta güçlük çektiği birçok şekillerde etkilenir, hislenir ve hüzünleniriz. Üzüntü ve kederimiz özlemimizin ve ayrıca topluluğa yönelik içgüdülerimizin ifadeleridir duygularımızın bedenlerimize ve topluluk yaşamına nasıl uzandığını yansıtır.

Kadınlar yüzyıllardır akıl hastanelerini doldurmuşlardır, çünkü ataerkil dünya kalp ağrımızdaki bilgeliği veya anlamı göremez. Ama acımız özlemimizin büyük bir parçası olan acımız hepimizin iyileşmesi için bir anahtardır. Kadınların deneyimlerinin birçoğunu muhafaza eden kültürel çöp kutumuzdan kurtarılması, dışarı çıkarılması ve yeni baştan gözden geçirilmesi gerekir.

Birçok kadınsı gizem gibi, özlem de bütünlüğün bir gizemidir. Bir eksiklik, bir ihtiyaç gibi görünür, ama aslında birleşme ve yakınlığın yaşayan bir işaretidir. Bir kadın özlemini kaynağına kadar takip ederse, ihtiyacının sadece kendisine dayanmadığını, tıpkı ilişki ve çocuklara özlemin devam etmek isteyen yaşamın kendisinin bir ifadesi olması gibi, bu ihtiyacın yaşamın kendisine de ait olan bir ihtiyaç olduğunu görür. Özlem, yaşamın tümüne nasıl bağlı olduğumuzu ve yaşamın tümü için nasıl birer vasıta

olduğumuzu, en derin ihtiyaçlarımızın aslında nasıl kendimizden daha büyük güçlerin bireysel ifadeleri olduğunu açığa çıkarır. Benzer şekilde, hissettiğimiz acılar bilinçli olarak veya bilinçsizce yaşamın acılarına ve kolektif bir uygarlığın acılarına bağlıdır. Bir kadın çocuklarının ve ailesinin hayallerini hayal edebilir; çocukları ve eşi tarafından yaşanması gereken geçerli potansiyelleri bilebilir. Ayrıca yerkürenin ve çevresindeki yaşamın hayallerine sahip olabilir. Özlemi bir medeniyete olan özlem ve evren vasıtasıyla ifade bulmaya çalışan bir Tanrı'ya dair bir özlemdir. Özlemimiz ve acımız, tüm dünyanın acısının bir parçasıdır. Ve onlar uyanmaya çabalayan bir medeniyetin doğum sancılarıdır. Kadınlar özlemlerini ve özlem acısını bireyselleştirmeyi ve içselleştirmeyi bıraktıklarında, onları daha büyük bir şeyin birer ifadeleri olarak gördüklerinde, ancak kendilerini daha büyük bir şeyin parçası olarak gördüklerinde etkin hale gelen bir güç olan topluluğun gücüne bağlı olan özlemin gücüne adım atarlar.

Acımız, bizim için gerçek olanla bağlantısını kaybetmiş bir dünyada yaşamaya dair gerçekçi bir tepkidir. Farklı bir şeyi istemenin ve farklı bir şeye ihtiyaç duymanın, ancak onun nasıl görünür hale getirileceğini bilmemenin acısıdır. Ayrıca annelerden çocuklara gerçek kan yoluyla geçen, erkek çocukların bundan ayrı tutulduğu tarihsel bir acıdır. Bir kez kabul edildiğinde, tıpkı kendi bireysel acımızın farklı bir şekilde yaşama ihtiyacımızın farkına varmamızı sağlaması gibi, değişim için yakıt haline gelen bir acıdır.

Kadınların acısının tarihin bu döneminde oynaması gereken kilit bir rol vardır. Çok uzun zamandan beri inkâr edilmiştir. Ancak acımız sadece bize ait değildir ne kişisel ne kolektif seviyede inkâr etmek için gerçekten bizim değildir. Bütüne aittir. Bütünde bir yeri vardır. Tüm yaşam topluluğu için enerji ve bilgeliği vardır. Üzüntümüzü yeni bir ışıkta görene, onun bilgeliğini fark edene ve onun kişisel sorunlarımız değil, bizim vasıtamızla çalışan yaşam olduğunu anlayana kadar, özlem gücü ve topluluk gücü birlikte çalışamaz.

Kadınların baskı ve istismar geçmişi, kırılan kalpleri ve çökmüş bedenleri, itibar için mücadeleleri ve kaçırdıkları fırsatlar, ölen çocukları ve mahvolan yerküre, bütünlüğün evriminde kilit bir rolle birlikte kadınları eşsiz bir acı ve özlemle bırakmıştır. Bağlılıklarımız eğer fark edilirlerse ve kullanılırlarsa besleyebilen ve beslenebilen, iyileşebilen ve iyileştirebilen bilinç ve ilgi ipliklerini yaratmıştır.

Doğal bağlantılılığımızla özlemimizi uyumlu hale getirmek ve onların birlikte nasıl çalışabildiklerini görmek için kadınlara önemli bir ihtiyaç vardır. Onlara saygı duymayan bir dünyada başarılı olma ve hayatta kalma mücadelesinde, bağlantılılığımızı nasıl görmezden geldiğimizin ve yaşamla bağlarımızı nasıl kopardığımızın acısına katlanma istekliliğimize dayanır ve bunu içerir. Kendimizin en doğal ve gerçek olandan nasıl ödün verdiğimizin acısına katlanma istekliliğimize dayanır. Bu daha çok acı, daha fazla ızdırap mı demektir? Tam olarak değil sinir bozukluğunun geçmesine izin vermek ve yaşamın ve ilahi olanın doğası olan kendi doğamızın özlem okyanusunda yüzmek demektir.

Yaşam boyunca ilahi olanın gözler önüne serilmesinde özlem ve yaralı olmamanın rolünün gizli kabulünde, Sufi mistik Bayezid-ı Bistami'nin sesinden konuşan diğer büyük bir Sufi Attar şu şekilde yazmıştır:

"Bana içimin en derinliklerinden seslendiler: 'Oh, Bayezid. Hazine odalarımız tapmaya dair hoşa giden eylemler ve itaatin onaylanmış tohumlarıyla doludur. Eğer Bizi istiyorsan, sahip olmadığımız bir şeyi ortaya koy!' Dedim ki: 'Sahip olmadığınız şey nedir?' Ses cevap verdi: 'Acizlik ve iktidarsızlık, ihtiyaç ve alçakgönüllülük ve parçalanmış bir ruh.'"

Kadınların parçalanmışlığı, ataerkil topluluğun parçalanmışlığı ile aynı şey değildir. Baskı yapılan alt kültürlerin Yerli Amerikan kültürleri, Afrikalı Amerikan kültürleri ve diğerleri – kendilerine özgü acı kümelenmeleri olması gibi, kadınlar topluluğunun da acı kümelenmeleri vardır. Bu, çevremizdeki yaşamda benzersiz sonuçları olan eşsiz bir parçalanmışlıktır. Sobonfu Somé'un söylediği üzere 'Yara, iyileşmenin olduğu yerdedir.' ve

bu kadınlarla ilgilidir. Yaralarımız bütünün bir parçasıdır ve bütün tarafından bilinçli olarak kabule ihtiyaç duyar. Bir topluluk olarak yerli insanların soykırımını derin bir şekilde kabul etmekten ve o insanların ve kölelerin atalarının devam etmiş olan acılarını fark etmekten fayda göreceğimiz gibi, kadınların acı çekmesinin ve bunun gizli anlamlarının daha çok farkına varmaktan da fayda görürüz.

Acımızın gücü yaşanmadığı, saygı duyulmadığı, unutulduğu veya sahiplenilmediği takdirde amacına hizmet edemez. Bu yaralarımızın gizli doğasını görme, onları kabul etme, onları oldukları halleriyle anlama kadınlar için mecburidir, henüz yaşama bilinçli olarak sokulmamış olan bir güç geçididir.

Yıllar önce Boston'da Budist bir kadın bir ışık kümelenmesi gördü:

"Hayalimde yerkürenin üzerinde gece vakti gökyüzünde asılı duran ve göz kırpan engin bir ışık kümesi gördüm. Yıldızlar gibiydiler, ama yıldız değildiler. Bir şekilde bu kümelenmenin bireysel kadınlara birbirine bağlı, bütün bir ağ veya kap veya vasıta yaratan kadınlara olan özlem olduğunu biliyordum. Ancak dünya' da, bedenlerimizde olmaları gerektiğine dair net bir hissim vardı. Sanki yıldızlar dışarı ve yukarı yansıtılan kalplerimiz gibiydiler, gövdemizden ayrılmış ve yukarıda işe yaramaz gibiydiler. Bu durumun üzüntüsüyle ve kadınların, özlemimizin yerküreyle birlikte çalıştığı ve yerküre üzerindeki hayata hizmet ettiği yolları kabul etmelerine dair müthiş ihtiyaçla kalakaldım."

Bölüm VIII

Almak

Akciğerlerimin manzaranın hücumuyla şiştiğini hissettim: hava, dağlar, ağaçlar, insanlar.

'Mutlu olmak budur.' diye düşündüm.

(Sylvia Plath)

Almak bir güç gibi görünmez, ama öyledir. Özlem sevgi için neyse, almak vermek için odur. Tezahür etmeden önce hareket gücünün oluşmasıdır, yaşamdaki her şeyin gizli yönüdür. Vermeyi sağlayan kazandırmadır, kıyıya çarpmadan önce okyanusa geri dönen dalgadır, evrenin nefes sarmalının solumasıdır.

Almak, bu kitaptaki diğer tüm güçlerle birlikte çalışır. Alamadığımız takdirde beslenemeyiz ve verecek bir şeyimiz olmadığında diğerlerini besleyemeyiz. Gözlerimiz, kulaklarımız veya kalplerimiz kapalıyken, güzelliğin gücünü bilemeyiz. Eğer özlemimiz onu almamız için bir alan oymasa, sevgiyi bilemeyiz. Yerkürenin enerjilerinin varlığımıza girmelerine ve geçmelerine izin vermezsek, o enerjilerle çalışamayız. Ve aldığımız zaman topluluğun tüm yönlerini oluşturan ve sürdüren kaynak değiş tokuşuna katıldığımızdan dolayı, alıcılık topluluğun önemli bir yönü-

dür. Sobonfu Somé gerçek bir toplulukta almanın önemini açıklar:

"Topluluğun işlerinden biri, almanın topluluğun bir veçhesi olduğunu bilmektir. Götürmek ve almak arasındaki farkı bilmiyoruz. 'Götürmek' bir boşluk bırakır. Almak size bolluğa dair güvence verir. Almak, birinden bir şey götürdüğünüz anlamına gelmez; kıt kaynak yoktur. Toplulukta, herkes için yeterince vardır."

Dünyamızın dış işleyişinde almanın gücünün çok az yansıması vardır bu yüzden tam olarak anlaşıldığı veya değer verildiği çok az alan vardır. Her ne kadar çoğu kişi beceremese de, dinlemek o alanlardan biridir. Ve hamile kalmak istediğimizde, bir erkek için fiziksel alıcılığımız önemli hale gelir. Ama genel olarak güç ifadelerine o kadar çok odaklanıyoruz ki, o ifadelerden önce ne geldiğini, onları neyin yarattığını veya neyin harekete geçirdiğini çok zor algılıyoruz. Önce neyin geldiğini, ona neyin izin verdiğini ve onu neyin tuttuğunu görecek gözlerimiz yoktur. Ahlaki açıdan 'vermeye' 'almaktan' daha çok değer veririz ve bunu genellikle, aslında her armağanı mümkün hale getiren spiritüel bir güç olmasına rağmen psikolojik bir yetersizlik veya muhtaçlığın bir parçası olarak almayı alçaltan bir şekilde yaparız.

Eğer almak bu kadar yaygınsa, yaşamın kendisinin bu kadar büyük bir parçasıysa, neden bir 'kadının' gücüdür. Hepimiz alıcılığın gücünü kabul edebiliriz. Almak, eril dışavurumculukla birlikte zıtların büyük oyununda kadınsı bir dengelemedir. Tao Te Ching'de, yükselen dağlarda aşırı zaman geçirmekten sakınarak her zaman dönmemizin tavsiye edildiği yer alıcı vadidir.

Hepimiz alıcılığa değer verebilir ve ataerkil ilkelerle yönlendirilen bir dünyada tekrar dengeyi sağlayabiliriz. Dinleme, sezgi, eylemsiz dikkat araçlarını öğrenebiliriz ve hissetmemize ve sevilebilmemize izin verebilmek için her seviyede beslenebilme kapasitemizi derinleştirebiliriz. Bedenlerimize enerji getirmeyi öğrenebiliriz, böylece daha güçlü ve daha canlı hissederiz; farkındalığımıza enerji getirmeyi öğrenebiliriz, böylece enerji bilincimizi genişletebilir ve bizi 'daha büyük' insanlar yapabilir. Yaşamımızda-

ki mesajlar yoluyla spiritüel rehberlik almadan, tekrar eden alışkanlıklarda ve eski düşünce kalıplarında takılıp kalırız. Eğer spiritüel enerjiyi alamazsak, tekâmül edemeyiz.

Ancak kadınların ve erkeklerin, diğer güçlerin bedenlerimize dayanmaları ve bedenlerimizle birbirine bağlı olmaları ve aynı zamanda doğurmadaki rolümüze, yaratım sürecindeki spiritüel sorumluluklarımıza ve ilahi aydınlanmaya dayanmaları ve birbirine bağlı olmaları gibi, alıcılığın gücünü nasıl yaşadıkları arasında önemli bir fark vardır.

Kadınlar ve Alıcılık

Genellikle hâlâ şiddetten uzak, fiziksel emniyet içerisinde yaşamaya çabalayan çağdaş bir kadın, yaşam enerjisini nasıl içine alır? Şartlanmış düşünceler ve değerlerle aşırı dolmuş olan bir kadın, doğal açıklığa dair içsel alanını nasıl hisseder? Sesi nadiren duyulan bir kadın, dinlemeyi nasıl uygular? Kayba uğramadan veya kendini kaybetmeden kendini almanın kadınsı gücüne nasıl adar?

Kısa cevap pratik yapmadır. Çünkü bilinçli olarak almayı uyguladığımız anda, onun ne kadar güçlü olduğunu hissederiz ve anlarız. Almayı dengesizlik veya zayıflığın yeri olarak değil, harika bir gücün temeli olarak deneyimleriz.

Otuz yıldan daha uzun süredir spiritüel uygulama ve şifa için süptil enerjilerle çalışmış olan Elizabeth Frediani, almanın önemini açıklar:

"Alıcılık deneyimin birçok katmanını birleştirir. Mevcut olan ve duyusal hissin bilincinde olan bir şekilde bedeninizle nasıl bağlantı kurduğunuzdur. Diğer bir insanla bağlantı kurmaya ve onunla sizin aranızda hareket eden şeyi hissetmeye olan isteklili-ğiniz ile ilgilidir.

Almak aynı zamanda yerküreyle, doğayla, ben ötesi ve temel güçlerle olan bağlantınız için de geçerlidir. Benliğinize, diğerlerine, çevreye ve spiritüel enerjilere karşı alıcılığınız, kelime anlamıyla enerji siste-

minizi besler. Almak bağlantı, mevcudiyet ve kabul etmenin bütünleşmiş deneyimidir.

Tükenmiş, korkmuş, yaratıcı olma açısından durgun veya spiritüel açıdan ilhamsız hissettiğiniz her defasında, alıcılığınızın eksikliğinden dolayı acı çekersiniz! Enerji sisteminiz, bedeniniz ve kalbiniz alıcı durumda değildir. Bağlı, mevcut veya kabul etme durumunda değilsiniz. Aldığınızda tam olursunuz. Bireylere nasıl enerji alacaklarını öğretmeye yardımcı olmak, sunduğum süptil enerji çalışmasının ana temasıdır. Kadınlar genellikle almanın önemini anlarlar ve en baştan onu takdir ederler. Alıcılığı geliştirmenin ilk adımı kalp çakrasıyla ve diğerlerine istekli olarak aktaracağımız sevgiyi tekrar kendimize aktarmamıza izin vermekle ilgilidir. Kadınlar kendilerine enerji ve sevgi akışına izin verdiklerinde, anında tepki verirler haz ve mutluluk hissederler.

Kadınlar giren enerji hissinin farkına varır ve onu kutlarlar. Buna son derece uyumludurlar. Kadınlar onun yenileyici, uyandırıcı ve topraklayıcı olduğunu fark ederler. Bu fark etme, anında olur."

Bu genellikle anında olan tepki, kadınların alma gücünü hemen anladıkları ve onunla ilişki kurduklarını ve çabucak ona uyum sağladıkları anlamına gelir. Böylece bir bakış açısına göre, sadece biraz uygulama gerekir. Bu uygulama Elizabeth'in çalışmasının bir parçasıdır ve kadınlar için almadıkları takdirde kapalı olan içsel bir yaşamın açılmasına yardımcı olur. İçsel farkındalık ve enerjiyi alma işlemi, sağlık, mutluluk ve spiritüel gelişim için önemlidir.

Daha uzun bir cevap, seviyelerle ilgilidir. Kadınların alma gücüne baktığımızda, seviye konusunu anlamak yardımcı olabilir. Her zaman varlığın çeşitli seviyeleri ile bağlantılıyızdır, her birinin kendi kural ve kalıpları, kendi işleyiş şekilleri, kendi enerji akışları vardır. Örnek olarak, fiziksel bedenlerimiz hayatta kalmak için gıda almak zorundadır. Psikolojik sağlığımız için sevgiyi olduğu kadar eleştiriyi de kabul edebilmemiz gerekir. Spiritüel gelişimimiz için spiritüel enerjiye ihtiyaç duyarız ve ruhumuzun rehberliğini dinleyebilmemiz gerekir.

Bazı zamanlarda tüm bu seviyeler birleşik bir anda bir araya gelir. Ancak genellikle, yine de uyum içerisinde olma ihtimali ile birlikte, bağımsız olarak çalışırlar. Örnek olarak, bir manastırda yaşayan bir rahibe, cinsel birleşme yoluyla bir erkeği almayacaktır, ancak kalben ilahi beslenmeyi alabilir. Yönetim kurulu toplantı odasındaki bir iş kadınının, diğer insanların düşünce ve fikirrini dinlemesi gerekir, ancak eğer içsel olarak, içten gelen sezgisini dinlemeye eğitimli değilse, kendini kaybeder. Oruç tutan bir kadın, bedeninden içeri yemek almayacaktır, ancak bu başka bir kişiden sevgi almayacağı anlamına gelmez. Bu örneklerden kişi, yaşamın diğer alanlarında kanallar açabilmek için yaşamın bir alanında sınırlar yaratması gereken zamanlar olduğunu görebilir.

Diğer zamanlarda bir seviyedeki engeller, başka bir seviyede alımı engelleyebilir. Başka insanları dinleme yeteneği tehlikeye girmiş olan bir kadın, spiritüel olarak dinleme yeteneğini muhtemelen geliştiremeyecektir. Bazen bir kadın yakın cinsel ilişkileri ve yediği yiyecekler vasıtasıyla spiritüel destek almaya ihtiyaç duyar. Ne zaman ve nasıl alıcı olmamız gerektiğini hissetmek, dinleme ve uyumlanma gerektirir.

Almanın birçok seviyesi ve yolu olduğunu anlamak neden önemlidir? Çünkü bu güçle birlikte çalışma pratiği yaptıkça, almanın ille de bizi fiziksel veya duygusal şiddete veya fikirlerin şiddetine karşı savunmasız bırakmadığını bilmek önemlidir. Kadınlar almaya açık oldukları yeri korumak için sınırlara ihtiyaç olan yerde sınırları oluşturabilirler ve oluşturmalıdırlar.

İhtiyaç duyuldukları yerde sınırlar oluşturmak aynı zamanda aldığımız şeyi muhafaza etmemize olanak sağlar ve böylece etkili bir yaratıcı güç haline gelebilir. Eğer verilen şeyi tutamıyorsak ve kullanamıyorsak, alıcı olmak pek işe yaramaz. Eğer başlangıçta spermi ve sonrasında büyüyen fetüsü tutamazsak, doğuramayız. İçinde delikler olan bir kap, suyu tutamaz. Benzer bir şekilde, dengesiz olduğumuzda tüm varlığımız ancak o kadar tutar. Alıcılığımıza uyum sağlamak ne zaman ve nasıl açık ve alıcı olmamız gerektiğini bilmek kolay bir iş değildir. Tüm varlı-

ğımızın sorumlu bakıcıları olmaya bedenlerimizi ve ruhlarımızı ayırt etme, özen ve çok sağduyulu olarak korumaya dair artan bir istekliliği içerir ve ona dayanır.

Almanın kadınlarda nasıl işlediğini, nasıl çok katmanlı olduğunu, hayatın farklı yönlerinde nasıl işlediğini, erkeklerin deneyimlerinden nasıl farklı olduğunu daha çok idrak etmek bu sürece yardımcı olabilir. Ezoterik Desteklemeler Enerji Alanları ve değişimler Kadınların doğurmadaki alıcı rolleri, yaşamın kendisinin devamlılığında ve sürekliliğinde temel konumlarını yansıtır. Bu rol, çok katmanlı ve çok seviyelidir. Kadınların enerji ve bilgiyi aldıkları ve getirdikleri çok sayıda yolu fark etmek kolay değildir. Çoğunlukla başvurulan yollardan biri 'kadınların sezgisidir', kadınların hayattan fikirler, ipuçları, mesajlar aldığı genellikle esrarengiz yoldur. Sezgimiz içimizde bir his, zihnimizde bir görüntü veya sadece bir 'biliş' şeklinde gelebilir. Kadınlar sezgiseldir, bunun nedeni kısmen ezoterik yaradılışımızın enerjiyi alış şeklimiz, enerjinin enerji alanımız yoluyla dolaşım şekli genel olarak doğrusal olmaması ve çok açık olmasıdır.

Çigong uygulayıcısı, öğretmen ve araştırmacı olan Dr. Guan Cheng Sun, kadınların alıcılığının enerjik yaradılışının nasıl bir parçası olduğunu açıklar:

"Öncelikle, kadınlar ve erkekler farklıdır. Bir kadının enerjik sistemi daha açıktır. Yeni enerjiye daha çok açıktır. Bir Çigong dersi verdiğimde ve bir uygulama yaptığımızda, neredeyse her zaman kadınlar enerjiyi ilk hissedenler oluyorlar. Kadınlar iki ila beş kat daha hassastırlar; enerjiyi içeri almaları çok daha kolaydır. Almak için daha güçlü yetenekleri vardır ve daha fazla beden farkındalıkları vardır. Erkeklerin enerji alanları başın çevresine odaklanmıştır ve özellikle başın ön kısmındadır. Bu, beynin nasıl çalıştığı ile bağlantılıdır bir erkek bir göreve odaklıdır ve enerji alanı o odaklanma yeteneği ile ilişkilidir.

Bir kadın için enerji alanı genellikle o kadar odaklı değildir. Özellikle göğüsten ve başın arka kısmından olmak üzere birçok yönde yayılır. Bu, enerji alanı daha çok açık, daha az sınırlı olduğundan dolayı, daha alıcı olduğu anlamına gelir.

Kadınlar bilir! Sadece bilirler! Güçlü bir kadın dünyadan ve çevresinden bu bilgeliği alabilen kişidir. Sadece bilir."

Elizabeth Frediani aynı fikirdedir. Hem erkeklerle, hem kadınlarla çalışır ve alıcılık açısından bazı farklılıklara dikkat etmiştir.

"Süptil enerji uygulamaları, içe dönmek için isteklilik gerektirir. Hem kadınlarla, hem erkeklerle çalışmada, erkeklerin genellikle içeriye giren enerji hissini kaydetmediklerini ve/veya almayı 'kontrol dışı' olmakla aynı kefeye koyduklarını gördüm. Sonuç olarak, erkekler genel olarak enerji uygulamalarından kadınların aldığı zevk ve heyecanı hissetmiyorlar. Kadınlar genel olarak içeriye giren enerji deneyimi ile birlikte heyecanlanıyorlar. Kadınlar enerji almaya sadece olumlu yönde ve çabucak tepki vermekle kalmıyorlar, aynı zamanda enerji almanın onlara nasıl hizmet edeceğini anlıyorlar. Enerjiyi hissediyorlar ve hissetme yoluyla, biliyorlar."

Dr. Sun'ın ileri sürdüğü üzere, kadınların açıklığı eşsiz bir alanla ilişkili olabilir. Ancak Elizabeth kadınların dikkatlerinin içe akışını, varlığımızda her zaman meydana gelen hem akışla, hemde kadınların bağlantısallıklarıyla ilişkilendiriyor. Şu şekilde açıklar:

"Bağlantı, alıcılığın temelidir. Bağlanamazsanız, alamazsınız. Genel olarak kadınlar bağlantıda ustadırlar kadınsı kültürde bu yeteneği ilerletiriz. Yerküreyle bağlantımızı fark ederiz. Çocuklarımıza bedenlerimiz, besleme ve uzun dönem velayet yoluyla bağlanırız. Eşlerimizle, arkadaşlarımızla ve ailemizle bağlantılar geliştiririz. Bağlantı kurma bizim bu gezegende nasıl var olacağımıza dair temel fiziksel dışavurumumuzu meydana getirir.

Erkekler birçok açıdan daha ayrı bir şekilde büyümüşlerdir. Modern, erkek kültürü erkekleri evden oldukça talepkâr, rekabetçi ve ayırıcı olabilen işe/kariyere doğru sürükler. Genel olarak 'para kazanmak' dünyada yaşamanın fiziksel ifadesini karşılamaz. Genellikle erkeklerin evlerine, eşlerine, çocuklarına güçlü, dikkatli bir şekilde bağlı kalmalarına meydan okunur. Şehir hayatının bu ayrılık hissinde payı vardır, herkesiçin doğal dünyaya ve temel yaşam güdülerine bağlı hissetmeyi güçleştirir.

Kadınların biyolojisi onlara içsel odaklarını geliştirmeleri ve bağlanma yetenekleri için müthiş bir avantaj sağlar. Bedenlerimiz değişir, bizi erkeklerinkinin yapmadığı bir şekilde canlandırır. Ergenlikten reglin kesilmesine kadar, ritmik bir akış 28 günlük hormonsal döngü durumundayızdır ve sonra, biz değişmeye devam ettikçe, menopozda farklı bir deneyim aşamasına geliriz. Bu zengin ve hayret verici fiziksel döngüler, kendimizi birçok farklı seviyede tanımamıza bizi teşvik eder. Bedenlerimiz ve döngülerimiz vasıtasıyla, kendimizi, çocuklarımızı ve yaşamla bağlantımızı doğurmanın, ortaya çıkarmanın yollarını keşfederiz. Dişi bedenimiz bize şöyle söyler 'Bir yolculuktasın.' Ve neyse ki bizim için kadınsı kültürümüzün önemli bir parçası, yolculuğumuzla tam olarak ilgilenmemiz için bizi cesaretlendirir."

Bedenlerimiz, enerji sistemlerimiz, beyinlerimiz ve hormonlarımızın tümü, akıştaki hayata eşsiz bir şekilde katkı sağlar. Kadınların fiziksel döngüleri, bütünlüğün ve tükenmenin, sevgi ve özlemin enerjik ve duygusal döngüleri ile uyumlu bir şekilde hareket eder, bir gün bizi doldurulmak için çaresiz, bir sonraki gün içimizde ve bizimle birlikte olanlarla aşırı dolu ve bunalmış hale getirir. Bizim sadece varlığımızda zaten gerçekleşen yolculuğa eşlik etmeye dair bir isteklilik geliştirmemiz gerekir.

Besleme ve Alma

Kadınların alıcılığa yakınlığı ve içsesimizi dinlemeye dair süregiden davet, bunda iyi olduğumuzu göstermez. Seattle yakınlarında bir kadın grubundaki bir katılımcı, yakın zamanda meditasyon sırasında gördüğü bir görüyü paylaştı:

"Güzel, büyük, boş bir kil kabı gördüm ve içerisine su konuluyordu. Onun, kadınlar olarak bizlerin nasıl aldığı ile ilgili oldu-ğunu anladım biz kaptık. O kadar çok şey alıyorduk."

Bu noktada rahatsız olmuş gibi göründü ve sanki emin değilmişçesine şöyle ekledi: 'Ve elbette o kadar çok şey veriyorduk!'

Konuştuktan sonra başka bir kadın tarafından kadınların vermesiyle ilgili bu son cümleyi neden eklediği soruldu, çünkü bunun gördüğüyle bir ilgisi yok gibiydi. İlk kadın güldü ve sanki almanın sadece bize verilen her şeyi verdiğimizde iyi olacakmış gibi, sadece almakla ilgili konuşmanın onu rahatsız ettiğini itiraf etti. Tarihin bu zamanında hayatta olan insanlar olarak büyük ölçüde almakla ilgili rahatsız oluruz ve bunun yerine açığa vurmaya ve vermeye şartlanmışızdır. Ancak bu koşullanma bizim için doğal olanı yadsır. Elizabeth devam eder:

"Almak son derece basit ve fiziksel bir varlık olmanın çok büyük bir parçasıdır. Gezegendeki fiziksel şeylerin çoğu ağaçlar, kediler, balinalar her zaman alma eylemi içerisindedirler besin, oksijen, canlılık alırlar ve biz insanlar bir nedenden dolayı bunun tam tersiyizdir. Üretiriz, nefes veririz, yaparız, yaparız, yaparız ve hiçbir şey almayız. Sadece dağılırız.

Her ne kadar kadınlar ve bazı erkekler alıcı olduklarını söyleseler de, öyle olmadıklarını anlarım. Alıcılık fikrini mantık çerçevesinde değerlendirirler ve onu işbirlikçi olmanın veya zorlayıcı olmamanın bir şekli olarak düşünürler, ancak bir alma eylemi olduğunu idrak etmezler."

Toplumumuz almaya değer vermez ve kadınların ondan kaçınmalarının bir yolu, başkalarını beslemede devam eden, alışkanlığa bağlı ilgilenme yoluyladır. Birçok kadın için beslenmeye bu aşırı bağımlılık, enerjinin dışa akışını desteklemek için hâlihazırda düzenlenmiş olan içsel bir alandan gelir. Elizabeth, bedenin merkezi dikey kanalı boyunca konumlanmış olan, başın üzerine kadar uzanan enerji merkezleri olan çakralarla çalışır. İlk (en alt) çakra, fiziksel varlığımızla ve yerküreyle bağlantımızla ilişkilidir. Karın bölgesinde yer alan ikinci çakra, ilişkiler yoluyla eşlerimizle, çocuklarımızla ve kendimizle bağlantı kurma yeteneğimizi yönetir. İkinci çakra ile kadınların alıcılığı arasındaki bağlantıyı açıklar:

"İkinci çakra, rahimde bebeğin tutulduğu yerdedir; onun vasıtasıyla beslenmeyi dışa vurduğumuz ve kendimizi birleşmeye açtığımız bir enerji merkezidir. Kadınların neden daha alıcı olduklarını anlama açısından bu iki durum önemlidir. Besleme güdüsü, bir kadın bedeninde

daha canlıdır. Alma ve besleme zıt olarak görünüyorken, aslında onlar birbirleriyle ilişkilidir. Besleriz, çünkü diğer bir kişinin ihtiyaçları ile ilgili bilgi ediniriz. Diğerlerine karşı bu alıcılık, ihtiyaç duyulan şeyi verme kapasitemize bağlıdır. Bir kadın rahminde bir fetüs taşıdığında, anne ve bebek enerjik ve fiziksel yönlerden birleşir. Bu bağ derin ve spiritüel olarak karmaşıktır ve bir kadının kendi ile ilgili endişelerini bastırma gücüne sahiptir. Başka bir varlığa bu kadar uyumlu olduğunuzda, bünyenizde bir benliğiniz korunmaya ihtiyaç duyan bir benliğiniz olduğunu unutmak kolaydır. Bu unutma devam eden ve veya alışılagelmiş bir beslemenin dışa akışını sürekli kılabilir. Bu durum, fiziksel, duygusal ve yaratıcı enerjinin tükenimi ile sonuçlanabilir.

İkinci çakra aynı zamanda kendi kendini muhafazayı ve 'Bir benliğim var' söyleminin kabulünü yönetir. Bir kadın korumayla aşırı meşgul olduğunda, benliğini artık tanımaz ve içermez."

Elizabeth'in algıları, Pamela Wilson ve Sandra Ingerman'ın kadınlar ve topluluk ile ilgili ve kadınların diğerleri uğruna kendilerinden kolaylıkla feragat etme yolları ile ilgili yorumlarını yankılar. Ancak bu öğretmenlerin vurguladığı üzere, bu eğilimin kimseye faydası yoktur. Her insanın kendi benlik algısı olmalıdır; sadece güçlü bir benlikle derin bir şekilde verebilir ve alabilir.

Kadınların bir çocuğa karşı doğal ve içgüdüsel duyarlılıkları, kolaylıkla dengesiz hale gelebilen alma ve vermenin bilinçsiz kalıplarında pay sahibidir. Ve bu diğerine karşı ve diğerinin enerjisine ve ihtiyaçlarına karşı aşırı açıklık, kişinin kendi bireysel benlik algısı ile ilişkili yaralanmayla birleştiğinde, bu birleşim tehlikelidir. Elizabeth devam eder:

"Kendinizi yaradılıştan var olan yaşam gücünüzü muhafaza eden enerjik bir kap olarak düşünün. Şimdi, gençken diğerlerini babanızı, annenizi vs. memnun etmenin daha güvenli olduğuna karar verdiğinizi hayal edin. Diğerlerini memnun etme seçimi kelime anlamı olarak oldukça fazla enerjiyi bedeninizin ve enerji sisteminizin dışına gönderir ve odağınızı dışsallaştırmaya başlarsınız. Dıştakileri devam ettirmek için içsel bağlantınızdan vazgeçersiniz. Bu, kronik enerji tüketimine neden olabilir, çakra işlevini tehlikeye atabilir ve benliğin kaybına neden olabilir.

Neye karşı tutkulu olduğunuzu veya sizi neyin mutlu ettiğini bilmek yerine, diğerlerini neyin mutlu ettiği ile ilgili daha çok farkında olursunuz. Bu tür bir yaranın kolaylıkla diğerlerini aşırı beslemek için kalıcı bir dürtüye dönüşebileceğini ve benlikle bağlantı kurma pahasına birleşeceğini görebilirsiniz."

Elbette bu, bir kızken desteklenmemiş olan ve annelik vasıtasıyla kişinin daha da kendini kaybettiği bir kısır döngüdür ve Benlik'e dönmek için yetersizliğin güçlendirilmesidir.

Kadınların yaralı olması, korkunç ihlallere bağlı kapanmalardan diğerlerinin basit alışılagelmiş beslemelerine kadar birçok şekillerde görünebilir. Ancak belirtileri görmek kolaydır ve birçoğumuz onları almakla ilgili konular olarak idrak etmeyiz. Elizabeth şöyle açıklar:

Yorgunluk, depresyon, yaratıcılıktan noksanlık ve yön kaybı, bir kadının yetersizlik durumunda olduğunun işaretleridir. Enerjik bir bakış açısından bunu fark etmek önemlidir, böylece nefes almaya ve enerji çekmeye başlayabilirsiniz. Bu çok basittir: kabul ettiğinizde/aldığınızda, beslenirsiniz. Devamlı olarak dışa akışta olduğunuzda, tükenmiş hale gelirsiniz.

Fiziksel, duygusal veya cinsel istismar yoluyla, terk edilme yoluyla, kontrolcü bir ilişki yoluyla derin bir seviyede incinmiş olan herhangi bir insan, genellikle alıcı olmak için istekli değildir, çünkü alıcılık güvenli hissettirmez. Bu bireyler çoğunlukla savunmacı, kendini koruma ile ilgili tedbirli ve veya hissiz, kopuk olarak yaşamayı sürdürürler. Derin yaralanma aynı zamanda alışkanlığa bağlı kendi ihtiyaçlarını görmezden gelme, kendini eleştirme ve veya herkesi kendinden önce koyma ile sonuçlanabilir. Kendini inkâr etme vasıtasıyla bir kişi içsel olarak bağlantısız kalır.

Almak kişiyi uyandırır. Alıcı olduğunuzda gerçekten hisse-dersiniz! Enerjinin devamlı olarak dışa akışı, hissizleşmeye katkıda bulunur. Bir kadın alıcı olmaya ve tekrar hissetmeye başladığında, hayat değişmeye başlar hayat değişimi talep eder. Neyin iyi hissettirdiğini ve neyin hissettirmediğini kimin ve neyin onu desteklediğini ve desteklemediğini fark etmeye başlar. Bir kadın almaya başladığında, tamamen yeni bir

paradigmaya açılır. Bu kadınların herkesin adım atması gereken paradigmadır ve kilit nokta almaktır.

Yaraları İyileştirme

Doğurmanın ayrılmaz bir parçası olan içe işlemenin fiziksel gerçekliği, kadınları çoğu erkeğin hayal edemeyeceği şekillerde muazzam derecede hassas hale getirir. Kadınların bedenleri erkeklerin şiddetine maruz kaldı, istemedikleri halde içlerine girildi, ihlal edildiler, zarar verildiler ve ihanete uğradılar. Kadınlara karşı şiddet, kadınların anlayışında ve alıcılığın gerçek gücünü yaşamalarında bir engel oluşturdu. Elizabeth'in söylediği üzere:

"Cinsellik açısından, gerçek güç alıcılıktan gelir. Cinsel enerji, spiritüel enerji ve bilinçle aynı enerji sistemi yoluyla akar. Hem kadınlar hem erkekler alıcı olduğunda birbirlerine karşı, dünyadaki enerjilere karşı, kendi kalplerine ve spiritüel enerjilerine karşı cinsel enerji bedenlerinden tam ve dengeli bir şekilde akar. Eğer herhangi biri alıcılıktan yoksunsa, gerçek, tam bir cinsel enerji azalır ve cinsel eylemin kendisi de azalır."

Kendimizi, birbirimizi ve hayatı güçlendirmek için yaralarımızı iyileştirme, dünya çapındaki kadınların görevidir. Bunu kimse bizim için yapmaz. Ancak bu iyileşme için önemli olan alma kapasitesidir, her seviyede ve tüm enerji merkezleri vasıtasıyla bilgiyi ve yaşam enerjisini almaktır. İyi beslenme yoluyla yaşam enerjisini almalıyız ve sağlıklı besinleri şükranla yeme vasıtasıyla spiritüel enerjiyi almalıyız. Güvendiğimiz ve bizi gerçekten kabul eden insanlarla sevişmemiz gerekir, böylece fiziksel seviyede olduğu kadar psikolojik ve spiritüel enerjiyi de alırız. Yerkürenin enerjisini bedenlerimiz vasıtasıyla getirmek ve çevremizde neye ihtiyaç duyulduğunu dinlemek için zaman ayırmamız gerekir başka nasıl onunla ilgilenebiliriz?

Elizabeth kadınları bedendeki çeşitli enerji merkezlerine çeşitli çakralara dikkatlerini vermeleri ve o merkezler yoluyla enerji almaları için cesaretlendirir. Bir sonraki adım, enerji merkezleri

daha güçlü hale geldikçe meydana gelen enerjiyi vücutta tutmayı öğrenmektir. Herhangi bir büyük çabadan ziyade bu dikkatin içe yönelmesini gerektirir.

"İyileşme almayla başlarken kadınlar aynı zamanda enerjilerini muhafaza etmeyi veya tutmayı da öğrenmelidirler, böylece bu enerji onları ayakta tutar. Kadınlar beni görmeye geldiklerinde, birçoğunun kendileriyle nasıl ilişki kuracaklarını veya enerjiyi nasıl muhafaza edeceklerini bilmedikleri açıktır. Muhafaza aynı zamanda ikinci çakranın işlevidir. Enerjinizi tutma ve muhafaza etme, kendini besleme biçimidir. Eğer hepsini dışarıya verecekseniz, enerji almanın hiçbir faydası olmaz.

Enerjiyi tutmayı öğrendikçe, bilinç seviyesinde sizi doğrudan nasıl etkilediğini fark edeceksiniz. Benlik, güç, irade ve spiritüel bağlılık algınız, güç ve netlik kazanacaktır. Ne de olsa enerji, bilinçtir."

Kişi enerji aldıkça ve onu muhafaza ettikçe, daha dolu hale gelir ve bilinci genişler. Enerji kim olduğunuzun tüm yönle-rini yeniler, tükenmeleri iyileştirir, tıkanmaların salıverilmesini kolaylaştırır, benliğin kapalı boyutlarını canlandırır, yaratıcılığı etkinleştirir ve spiritüel bağlılığı geliştirir.

Alıcılık ve Kalp

Birleşme çevresindeki konular ve kültürel şartlanmalardan, yaralanmalardan veya anneliğin doğal sorunlarından sınırların kaybolması, alma yeteneğinin ve yetersizliğinin sadece bazı yönleridir. Almanın diğer bir seviyesi da anlaşılmalı ve etkinleştirilmelidir kalben almak. Kalp merkezi yoluyla kalben alma ve kalpte enerjiyi tutma kapasitesi olmaksızın, yaşamlarımızda anlam bulamayız, yaşamlarımız bir anlam ifade etmez veya spiritüel olarak gelişemeyiz.

Elizabeth enerjik kalp merkezinin amacını tanımlar:

"Kalp çakrası benlik ve ruhun buluştuğu yerdir. Çoğu kişinin kendilerini ve diğerlerini sevme yoluyla yaşamla ilişkisi ile varlığının sonsuz doğasına olan bağlantısı arasındaki dengeyi dışa vurduğu enerji

merkezidir. Kalp spiritüel bilincin merkezi olarak hizmet eder. Kalp vasıtasıyla bilincimizin aşkın ve kişisel yönlerini birleştiririz. Ve bunların her ikisini de tutabildiğimizde, yuvada oluruz, spiritüel olarak topraklanmış oluruz ve benliğe, yaşama, diğerlerine, bilişe, ruha karşı güçlü alıcılık yapabiliriz.

Alıcılığın bu derinliği vasıtasıyla, yaşam deneyimlerimizi sindirebilir hale geliriz, önemli anlamlarını ve bilgeliğini çıkartabiliriz. Kalp çakrası bilincinin bu yönü güçlüdür ve ruhun tekâmüle doğru yaradılıştan gelen dürtüsünü tatmin eder. Kalp çakrası bizim en büyük spiritüel müttefikimiz ve kaynağımızdır. İyileşmiş, alıcı bir kalp vasıtasıyla enerji sistemimizde, bilincimizde ve hayat yolumuzda denge kurarız."

Batı kültürümüz bilincin merkezi olarak kalbi umursamaz. Kalbin romantik albeniliğe dair Hallmark kartından veya dünya barışının yüzeysel olumlamalar yoluyla yeniçağ simgesinden daha fazlası olduğunu anlamayız. Kalp sonsuzluğa, sevginin gücünün sonsuzluğuna açılan bir kapıdır, yaşamın kendisinin önemli bir yakıtına ve gezegenimizin bilinçli tekâmülünün arkasındaki güçlere erişimi sağladığı derecede romantik eşleşmeye hizmet etmez. Ancak kalben alıcı olmak için kendimizi sevmeliyiz.

"Kalp çakramızla bağlantımızı güçlendirmek için kadınlar herkes kendi kalplerini de iyileştirmelidir. İyileşmiş bir kalp çakrası kendini sevmenin, kendini kabul etmenin ve kendine saygı duymanın doğal bir sonucudur. Bazı insanlar kendini sevmenin bir klişe hatta bencillik olduğuna inanırlar. Hiçbiri değildir. Benlikle ilgilenme, kişinin alıcılığı pekiştirmesi için temel bir yoldur. Eğer bir kadın kendini reddeder veya yadsırsa, kalbe akan ana enerji akışı riske girer, gerçek, derin alıcılığı imkânsız hale getirir.

Kalp merkezi, bu hayatta varlığımızın tüm seviyelerine kılavuzluk etmek için güçlü bir muhafazadır kaptır. Ancak genellikle kalplerimizin, varlıklarımızın hassas doğasını unuturuz. Diğer sevdiklerinize nasıl davranıyorsanız, kendinize öyle davranın. Diğerlerine saygı duyduğunuz gibi kendinize saygı duyun.

En yakınınızdaki kişiyle ilgileneceğiniz şekilde kendinizle ilgilenin. Bu, kalbinizle nasıl ilgilenmeniz gerektiğidir. Eğer kendinizle ilgilenmeme

veya özünüzü inkâr etme yoluyla kendinize karşı haysiyetsizlik yaparsanız, kalbiniz açık olarak kalmaz ve kalp çakra bilinçliliği derinleşmez."

Kadınlar tüm bunlar için ihtiyaçlarımızı olduğumuz gibi görünme, kim olduğumuz ve ne sunduğumuz için bilinme ve saygı duyulma, en harika yeteneklerimize katkıda bulunabilme ihtiyaçlarımızı fark edebilirler. Ancak genellikle başka biri bizi göremeden kendimizi görmemiz gerekir! Aslen kim olduğumuzu kabul edecek ve ona saygı duyacak olanlar biziz, tıpkı diğerlerinin yapmasını istediğimiz gibi. Eğer kendi ihtiyaçlarımızı dinlemek ve kendimize vermek için zaman ayırmazsak, o zaman gerçekten bizi dinleyecek bir dünya yaratmaya yardımcı olmak için kapasitemizi sınırlandırırız. Bunlar yaşamın kendisine hizmet etmeye doğrudan bağlantılı olan kişisel bakımın temel sorumluluklarıdır ve sorumluluğun bu çeşitli seviyelerini karşılamadan, gerçekte gitmeyi özlediğimiz yer olan kalbe hiçbir zaman giremeyiz ve yine Elizabeth'e göre, kadınlar kalbe girmek için doğal bir yetenekle ve oraya varmak için gereken şeyleri yapmakla kutsanmışlardır:

"Kalbe sahip olma ve alıcı olma ihtiyacı, kadınlarda uyanmış güdülerdir. Kadınlar olarak bizler birbirimize bağlı olduğumuz için kişisel farkındalığı teşvik eden bir kadın kültürü oluşturduğumuz için şanslıyız. Bu bedenlerimize geri döner ve kendimizi tanıma davetleri kendi döngülerimizin akışıyla ve doğumun gizemiyle, fiziksel olarak gerçekleşmiş olsun ya da olmasın, sürer. Kadınlar için içe dönme ve kendilerine karşı alıcı olma için devam eden bir potansiyel vardır. Eğer bedenlerimizi dinlersek bu duygularımızı, gerçeğimizi, yaratıcılığımızı, irademizi ve bilişimizi dinlemeye dönüşecektir. Bu dinleme, kök çakradan taç çakraya kadar tüm enerji sistemi boyunca meydana gelir ancak kalp temel merkezdir. Benliği dinleme asıl uygulamadır. Bizi dışarıya yönlendiren şeyler arasında dinleme temeldir. Dinleme cesaret, adanma ve zaman ister. Kendini dinleme keşfetmeye kendine başvuran, kendini doğrulayan olmaya istekli olmaktır. Kadınlar içsel olarak dinleyerek gelişirler. Bu bizi canlandırır ve dinleme yoluyla kendi leziz bilgeliğimizle uyumlu hale geliriz."

Kalp Aracılığıyla Kutsallık ve Tarafsızlık

Elizabeth bize, yaşam deneyimlerimizi nasıl muhafaza edip sindirdiğimizin kalp olduğunu hatırlatır. Ve bu alma işlemini derinleştirdiğimizde, yaşamın özüne bağlanırız, soğukkanlılığa ve yaşamın bize getirdiği her şeye karşı açık olmanın mucizelerine erişiriz. Elizabeth kalbin bilincinin bir parçası olan bu doğallıktan söz eder:

"Kalp çakrası bilinci katmanlıdır ve kendini ve diğerlerini sevmeyi, kendini ve diğerlerini kabul etmeyi, yaşam deneyimle-rini sindirmeyi ve benlikle ruhun ilişkisini birlikte örmeyi içerir. Kalp bilincinin hepimizin önemli olarak kabul ettiği bir yönü, koşulsuz sevgidir. Koşulsuz olarak sevmek için yüzeysel olanı ve benlik ve/veya diğerlerinin dış görünüşteki kimliklerini aşmanız gerekir. Bunun sonrasında benliğinizle ve diğerleriyle ruh seviyesinde bağlanabilirsiniz. Koşulsuz sevgide şeylerin belli bir şekilde olmasına dair bir sabitleme yoktur, kontrol dinamikleri yoktur.

Bir kez kendinizin ve diğerlerinin yüzeysel ve gelip geçici yönlerinin ötesini gördüğünüzde, içsel dengenin ve spiritüel topraklanmanın daha derin bir seviyesine ulaşırsınız. Şimdi yaşamı yargılamadan deneyimleyebilirsiniz. Olan şeyi görmeye ve onunla olmaya açık olursunuz. İçsel olarak bir tarafsızlık yeri geliştirirsiniz ve aynı zamanda alıcılığınızı derinleştirirsiniz. Bu, yaşamı yeni bir şekilde kabul etmeniz için sizi özgürleştirir, deneyiminizle karşılaşmanız ve onunla doğru bir ilişkiye girmenizi sağlamak için kalp bilinçliliğine karmanıza, yaralarınıza, yansımalarınıza değil izin verir. Kalp çakrası bilinçliliğinin bu derinliği vasıtasıyla tüm yaşamın kutsallığını özünde bilirsiniz ve ona saygı duyarsınız. Bu tarafsızlıktır. Kayırma hiç yoktur... Bunun yerine, kalp gözünüzle yaşama bakarsınız."

Kalbin bu tarafsızlığı, bu kitaptaki birçok gücün temelidir. Sobonfu Somé topluluk hakkında şunları ifade etmiştir:

"Bir topluluk olarak çalışmak için, yargıyı bırakmamız gerekir. Çoğu zaman 'hoşgörmek' veya 'hoşgörü' kelimelerini kullanırız. Ancak bu kelimenin 'Seni hayatımın dışında tutuyorum ve başka ne yapmam gerektiğini bilmiyorum...' diyen bir enerjisi vardır. Gerçekte onları içeri

almanız için değişmeleri gerektiğini ima eder. Bunun yerine diğerlerini her ne şekilde olurlarsa olsunlar kabul etmemiz gerekir. Kalplerinizde onların huzur bulabileceğini bildikleri bir yer yaratırsınız. Sizin için değişmelerinin gerekmediğini bilirler.

Diğer bir kişinin bu gerçekten kabulü, bir alıcılık biçimidir. Başka bir insanı olduğu haliyle kabul etmektir. Kabul gördüğümüzde nasıl hissettiğimizi biliriz; kabulün kendi bütünlüğümüze yansımalarını biliriz, olduğumuz halimizle iyi olduğumuz hissini biliriz. Olduğumuz şekilde kabul edilmek gerçek bir armağandır.

Tarafsızlığımızın ve açıklığımızın tüm yaşamı kabul etmesi için bir çalışma yolu vardır. Kalplerimiz gerçekten açık olduğunda, sanki yaşamın asıl bütünlüğü kabul edilebilir gibidir. Bu kalbin derinlikleri ve yaşamın derinlikleri arasında bir kutsallık kıvılcımı yaratır yaşamın spiritüel özünün bir insana ulaşması ve olduğu haliyle anlaşılıp tanınması için bir yoldur.

Yaşam vasıtasıyla kutsal olanın açığa çıkmasında insanlığın bu önemli rolü, birçoğumuzdan saklanmıştır. Kalben almaya dayanır. Alma yoluyla yaşama çok şey verilebilir. Işık, spiritüel enerji ve sevgi, kalp vasıtasıyla iç düzlemlerden dış dünyaya gelir. Ancak alınmadıkları takdirde, ne oldukları şekilde tanınabilirler, ne de dünyaya yayılabilirler.

Bu ilahi enerjileri yaşama alma işleminde, kadınlar eşsiz bir bilişe sahiptir. Bunu, çok doğal olduğu için her ne kadar ne 'yaptığımızdan' emin olmasak da, doğumun mucizesi yoluyla yaparız. Ancak fiziki dünyaya bir ruhu alma işlemi, sadece çocuk doğurmakla sınırlı değildir tıpkı çocuk yetiştirmenin fiziksel yönlerinin diğer alanlarda gizemli sonuçları arındırma veya besleme gibi olduğunu görmemiz gibi.

Alıcılık ve Beyaz Sığırın Eti

Seattle yakınlarında yaşayan Sufi bir kadın, meditasyon sırasında gördüğü, geleneksel Yerli Amerikalı imgelerini içeren bir vizyonu anlatır:

"Bu vizyonda engin ve açık bir manzarada ayakta duran uzun, beyaz tüylü kocaman bir sığır gördüm. Sığır çok heybetliydi ve uzun tüyleri yaşla birlikte karmakarışık olmuştu. O kadar büyük ve sakindi ki, karla kaplı bir dağ gibi görünüyordu. Sonra sahne değişti ve birkaç kadın ağızları beyaz bir şeyle dolu bir halde ayakta duruyorlardı. Başta beyaz paçavra veya kâğıt havlu yiyorlar gibi görünüyordu, ama sonra çiğnediklerinin beyaz sığırın eti olduğu çok net anlaşıldı. Sonra aniden bir grup erkeğin orada olduğunu fark ettim ve kadınlara yaklaştılar. Kadınlar sanki erkekleri öpeceklermiş gibi yüklendiler, ama onun yerine onlara beyaz maddeyi geçirdiler."

Vizyon gizemlidir ve birçok açıdan anlayışımızın ötesindedir. Kadının kendisi, ayrı Yerli Amerikan referansıyla pek aşina olmadığı bir spiritüel yapıyla şaşkınlıktan donakalmıştır. Plains Hint kabilelerinin spiritüalitesinde geleneksel bir imge olan beyaz sığır hakkındaki yazıların yeniden incelenmesi, günümüzle ilgisi olan Yerli Amerikan kehanetini açığa çıkarır.

Beyaz sığır spiritüel bilgelik ve enerjinin bir sembolüdür, ilk olarak Lakota insanlarına Beyaz Sığır Genç Kadın adı verilen kadın ruhuyla tanıtılmıştır. Lakota insanlarına spiritüel dengeyi sağlamak amacıyla yapılan tören ve ritüelle gelmiştir. Ayrıca kendisiyle birlikte dünyanın geleceği için bir kehanet getirmiştir. Bu kehanet, beyaz bir sığırın dünyaya dönüşü ile bildirilecek olan bir döneminin, spiritüel uyum ve birlik zamanının geleceğini haber verir. Kadının vizyonunda eski bir karlı dağa çok benzeyen beyaz sığır, aynı zamanda dünyevi bir enerji olan spiritüel bir enerjiyi ima eder beyaz ve saftır, ama fiziksel âlemde tamamen tezahür etmiştir. Aleut yaşlısı Larry Merculieff, Beyaz Sığır'ın dönüşünün anlamını kaleme alması ve öğretmesi için çağrılan, Beyaz Sığır Habercileri denilen yerli liderler grubunun bir üyesidir. Bu vizyon hakkında şöyle yorum yapar:

"Beyaz Sığır kutsal İlahi Kadın'ın enerjik biçimde bir sembolüdür. Beyaz Sığır Genç Kadın, Beyaz Sığır olarak geri gelmektedir. Bu, kadınlar vasıtasıyla gelen İlahi Kadın bilişinin erkeklere ulaşabileceği anlamına gelir. Benim geleneğimde kadınlar şamanları inisiye eder. Bazı

şeyler kadınlar vasıtasıyla gelir. Sonra erkeklerin kendi içlerindeki kutsal kadınsılığa uyumlanma süreci vardır. Kutsal kadın haline gelmeniz gerekir. Bir kadın bu hale gelir gelmez, erkekler onun enerji alanı aracılığıyla iyileşirler. Kutsal dişil, kadınlar üzerinden gelmelidir. Ben doğduğumda, annemden gelmiştir. Annem son derece evrilmiş bir spiritüel varlıktı. Beni her ne olursa olsun kabul etti. Beni daima koşulsuzca sevdi. Benim için sevgi alanını muhafaza etti. Bu süreç, derin bir öğretiydi. Ben rahimdeyken, enerjik alanını bana yükledi".

Sonumuz belirsizdir. Ancak nihayetinde ışığa dönüş ile ilgi-lidir. Herhangi bir fiziksel nesne, kuantum fizikte ışık seviyeleri ile ölçülebilir. Şekilsiz bir bilinç durumuna doğru ilerliyoruz. Şekilsizliği titreşimsel alanının derinlikleri ve biliş dişildir. Gittiğimiz yer orasıdır."

Vizyonu gören kadın için Beyaz Sığır ile ilişkili olan enerjiyi alabilecek olanların ve bu enerjiyi erkeklere iletmekten sorumlu olanların kadınlar olduğu açıktı. O halde en önemli olan şey, kendi dönüşümlerine, erkeklerin dönüşümüne ve hatta gezegenin dönüşümüne hizmet etmek için kadınların spiritüel bağlamda alıcılığı anlamaları ve onu kullanmalarıdır. Beyaz Sığır hikâyesi, küresel değişimin, kutsal dişilin dünyaya dönüşünün hikâyesidir.

Sufi öğretmen Llewellyn Vaughan Lee de kadınların spiritüel enerjiyi alma ve iletme kapasitelerini, gezegenin dönüşümünde yararlı olarak görür. Onun vasıtasıyla ışığın alındığı ve yaşamın dönüştürülmesi için kullanıldığı bir 'spiritüel fotosentez' işlemine atıfta bulunur. Kadınların bedeninde bulunan 'spiritüel maddeden' daha önce bahsetmişti; spiritüel fotosentez işleminin bağlamında burada da bahseder:

"Kadınlarda erkeklerde olmayan özel bir spiritüel madde vardır. Bu madde saftır. Bu, doğum işlemi yoluyla kadınların, bir ruhun ışığının kendi öz doğasına sadık kalarak insan biçimine girdiği bir yer olabilmeleri gerçeğiyle ilgilidir. Birçok kadın doğum işleminde bir rol oynayan bu maddenin, ışığın dünyaya girmesine ve onu canlandırmasına yardımcı olması için dünyaya geri verilebileceğini bilmez. Yerküre korkunç bir şekilde zarar görmüştür ve spiritüel ışığı dönüştürme yetene-

ğini kaybetmiştir. İçlerindeki bu saf maddeyi yerküreye sunarak, kadınlar yerkürenin canlanmasına yardımcı olabilirler".

Tıpkı fiziksel bir fotosentez gibi, spiritüel bir fotosentez de vardır... Yerküre spiritüel ışığı özümseyebilmeli ve özümsemeli ve onu dönüştürmelidir, böylece spiritüel bir varlık olarak gelişebilir. Ona bu kadar kötü davrandığımız için aslında dünyanın ışık hücrelerine zarar verdik. Ancak tıpkı bir ruhun bir kadın aracılığıyla tezahür edebilmesi gibi, daha yüksek bir enerji de bir kadının spiritüel vasıtalarıyla bedeni üzerinden dünyanın fiziksel bedenine inebilir, kendisiyle birlikte bir kadının sahip olduğu her zaman tamamen saf olan bu kutsal maddeyi getirir.

Llewellyn bir ruhu alma ve dünyaya doğurma kapasitesine sahip olan kadınların bedenlerinin, yerküreyi canlandırmak ve iyileştirmek için hayata ışık getirme işini üstlenebileceklerini açıklar. Bu, erkeklerin yapamayacağı bir iştir. 'Erkekler dünyayı bu şekilde iyileştirmeyi bilmezler.' der.

Hem kadınlar hem erkekler, kadınların bedenlerine bir ruh alma yeteneklerinin, çocuk doğurmanın çok kişisel ve ailevi alanın ötesinde spiritüel bir amacı olduğunu onaylayabilirler. Bu güç, Beyaz Sığır'ın dönüşüne ve hem doğayı hem insanlığı içeren bir spiritüel yenilenme zamanına bağlı olacağını düşünebileceği-miz dünyanın iyileştirilmesine hizmet etmek üzere etkinleştirilebilir.

Kadınlar zaten bildikleri şeylerin, doğum mucizesinin spiritüel bir deneyim olduğunun ve bunun gibi kendilerini tüm gezegenin spiritüel yaşamına bağlayan şeylerin sorumluluklarını alabilirler. Bir sonraki adım, bu mucizenin yaşama geri sunulabileceğine sadece çocuk doğurma biçiminde değil, aynı zamanda kendini doğuran yaşamın hizmetinde olan tutumlarımız vasıtasıyla inanmaktır. İçimizdeki bu gücü uyandırabiliriz ve onu merak edebilir, ona kendimizi adayabiliriz.

Llewellyn bu işi yapmak için dünya çapında kadınların gruplar halinde buluşacağını öngörür. Larry Merculieff de kadınların töreninin yaşama yeni bir şey getirme işleminde önemli bir rol oynadığını ileri sürer. Bu genel öneriler bu zamanda ortaya çıkan bilgeliğin, sadece kadınların yapabileceği önemli bir spiritüel

çalışmayı fark eden bir bilgeliğin bir parçasıdır. Bu çalışma için birkaç yol olması muhtemeldir; bunu kendi özlemimizi takip ederek ve bildiğimiz şeylere inanarak bulmamız gerekecektir.

Kadın grupları dünya çapında, belki bu hareketin bir parçası olarak giderek daha çok rağbet görmektedir. San Francisco'dan bir yoga öğretmeni, nedenini açık olarak bilmediği, ancak doğru olduğunu hissettiği için bir kadın grubu başlatmıştır. Nasıl sonuç vereceği konusunda emin değildir, ama ilk buluşmada, meditasyonun ilk dakikalarında şu deneyimi yaşamıştır: 'Gözlerimizi kapattıktan kısa bir süre sonra, hepimiz sanki su altında el tutuşuyormuşuz ve yosunlar gibi salınıyormuşuz gibi hissettim. Besleyici hissettiren güzel bir histi ve kendimi kutsanmış hissettim...'

Birbirine bağlı kadınların çok garip ve gizemli bu imgesi derin okyanus tabanında yosunlar gibi salınma kadınlarla bitkilerin hayatı arasında bir bağlantıyı akla getirir. Bu, Llewellyn'in tarif ettiği 'spiritüel fotosenteze' dair anlık bir görüş müydü? Eğer böyle bir fotosentez meydana gelebilirse, çelişkili bir biçimde, erkek yapımı dünyamızın üstteki diyarından gizli olarak aşağıda karanlıkta, tıpkı rahmin dış dünyadan saklı olması ama yine de içine en kutsal ışığı alması gibi, ışığın karanlıktaki, maddede gizli ve saklı ışık olduğu okyanus tabanında olması muhtemeldir.

Kadınların ve erkeklerin benzer şekilde alabilmeye ihtiyaç duydukları halde, kadınların bedenlerine spiritüel ışığı almak için ve o ışığı o ruhu yaratılmış dünyaya sunmak için eşsiz bir güçleri olduğunu hatırlayabiliriz. Bu güce saygı duyma, çevremizdeki dünyayı iyileştirmek için nasıl bir rolü olduğunu sorma zamanı değil midir? Kadınlar için bu gücü ve nasıl hizmet edebileceğini keşfetme zamanı değil midir?

Almak, yaşam için müthiş sonuçları olan doğal bir güçtür. Bu gücü keşfetmek ve kullanmak için sadece bizim için doğal olanı hatırlamamız gerekir. Bu, hem Llewellyn hem Larry tarafından tanımlanan daha ezoterik çalışmaya doğru ilk adımıdır. Elizabeth'in bize hatırlattığı üzere, alıcılık burada bizimledir:

"Alıcı olmak nefes almamız gibi doğaldır. Sevdiğimizde veya keyif aldığımızda müteşekkir veya esinlenmiş hissettiğimizde güneşin batışında son ışıkların karanlığa dönüşmesini izleyip oyalanırken veya bize çok yakın olan birinden gözlerimizi alamazken almaktayızdır. Almak kalplerimizi uyandırır, fiziksel ve spiritüel bütünlüğümüzü garantiye alır ve dişil bilgelik mesajını dünyaya yayar."

Bölüm IX

Yaratıcı Boşluk

"Kadınların içinde tüm her şeyin doğduğu kutsal bir titreşimsel alan vardır. Zaman başlamadan önce kadınların yaptıkları şey, rahmi dışarıda oluşturmak ve böylece bu dünyaya yeni bir şeylerin doğabilmesi için, o kutsal titreşimsel alanı alıp dışarı törensel alana taşımaktır. Eğer kadınlar bunu yapmazsa, bir tür olarak insanlar hapı yutar."

Larry (Ilarion) Merculieff

Bir gizem nehri gibi yaşamın merkezinden akan yaratıcı bir güç vardır. Bu güç, şekilsiz bir içsel alanda yaşadığından ve ona mantıklı olmakla parçalanmamış bir bilinç vasıtası ile yaklaşılabildiğinden dolayı, dişi bir niteliğe sahiptir. Bu güçle bilinçli olarak birlikte olmak, bilinmeyene teslim olmak ve sevgiyi dâhil etmek demektir.

Eğer zihinlerimizin hisseden zekâmıza göre arka planda kalmasına izin verirsek, hepimiz bu boşluğa yaklaşabiliriz, ancak kadınların, bunun kendi doğalarının bir parçası olması ve yaşamın dişi doğasının bir parçası olmasından dolayı, buna doğal erişimi ve yakınlıkları vardır.

Hatta kadınlar, her ne kadar farkındalığını kaybetmiş olsalar da, kendi enerji sistemlerinde bu yaşam veren boşluğu ihtiva

ederler. Aleut yaşlısı Larry (Ilarion) Merculieff kutsal dişinin bu yönüne 'evrenin merkezindeki rahim' adını verir ve bunun kadınların kendi bireysel enerji alanlarında da var olduğunu söyler. Ataerkil kültürümüz, tıpkı baskının birçok sosyokültürel, spiritüel ve psikolojik çeşidiyle kadınların yaratıcı gücünü bastırdığı gibi, evrenin yaratıcı gücünden korkar ve onu yadsır. Bu, kültürümüzü dengesiz hale getirmiştir ve kadınları kendi güçlerinden bilinçli olarak kopuk ve bu güçlerinden korkar hale getirmiştir. Eğer kadınlar bu korkunun üstesinden gelmezler ve kendi öz tabiatlarının bir parçası olan bu enerji kaynağı ile çalışmayı öğrenmezlerse, 'dünyaya yeni hiçbir şey doğamaz.' der Larry. Ve modern yaşamın zorluklarına bakarsak, yeni bir şeylere ihtiyaç duyulduğunu gerçekten kabul etmemiz gerekir.

Şekli olmadığından dolayı yaratıcı boşluğun gücünden bahsetmek kolay değildir. İsimlendirilebilecek veya zihinle bilinebilecek bir şey değildir; hissedebileceğimiz ve insan bilincimizin birlikte olmasına izin verebileceğimiz yaşayan bir gizemdir. Bizden gizlidir, ancak tüm yaşamın kaynağıdır. Yaşam var olmadan önceki hiçlik değildir, ama şeklini gösteren prizmadan geçmeden önceki yaşamdır.

Yaratıcı boşluğun gücüyle çalışmak kendi başına evrenin güçleriyle görebildiğimiz ve fark edebildiğimiz her şeyin içindeki ve ötesindeki ebedi yaşam güçleriyle birlikte olmanın enerjik deneyimidir. Bu deneyim değişen derinliklerde ve derecelerde mümkündür, kutsal olana uyum sağlamak için psikolojik ihtiyaçlarımızı bir kenara koyarak ve kontrolümüzün ötesindeki yaşama teslim olarak, irademizin ötesindeki gücü ne kadar fark edebildiğimize dayanır ve tıpkı 'evrenin merkezindeki rahmin' herkesin erişebildiği kutsal dişil ilke olması gibi, yaratıcı boşluğun gücü tüm insanlığın kullanabileceği bir güçken, bu güç kadınların enerji sistemlerinde canlı olduğundan dolayı Larry bu evrensel dişil gücün 'hologramı' gibi olduğunu söyler kadınlar özellikle ona çok yakındır. Hamile kaldığımızda kendiliğinden etkinleşir. Kadınların evrensel ve kendilerinde mevcut olan bu

rahme eşsiz bir erişimleri, yaşamın kalbi olan bu taşıyıcıya her zaman geçerli olan bir davetiyeleri vardır.

Hamilelik deneyimi, kadınların bu gücü bünyelerinde barındırdıklarını ve bu gücün kadınlardan ne talep ettiğini gösterir. Erkeklerin yeni bir insan hayatının yaratımına katkıları yönlendirici, doğrusal ve özünde rekabetçidir (sadece en güçlü sperm hayatta kalır) ve çabucak geçer, tohumun ekilmesiyle sınırlıdır. Öte yandan bir kadının rolü, almak, korumak ve verileni muhafaza etmektir, zaman alan bir işlemdir ve psikospiritüel seviyede büyük sabır, azim, tamamen müdahil olmak ancak karışmamak için sezgisel kapasite gerektirir.

Hamilelik kendinizden çok daha büyük bir şeyin parçası olmaya ve bedenle ruhun ne kadar güçlü bir şekilde etkileşime girdiğinin farkında olmaya dair bir deneyimdir. Bir annenin enerji sistemine dayanarak ve bu arada anneden ayrı ve tamamen eşsiz bir şekilde bir varlığa dönüşerek, bir annenin içinde bir çocuğun büyümesi bir mucizedir. Çocuk doğduğunda, onu izlerken, korurken, beslerken ve bizim dışımızda büyümesi için ona alan sağlarken, yaratıcı gücün yeni bir takımyıldızı meydana gelir.

Kadınların alma, muhafaza etme ve fiziksel dünyaya yeni bir yaşam doğurma güçleri, tarih boyunca simgelenen spiritüel bir gücün aynasıdır. Sanatın birçok biçiminde Mecdelli Meryem, 'mermer kavanozlu kadın', iyileştirici bitkilerden oluşan bir kapla tasvir edilir, bu da yaşamın nasıl yeniden oluştuğuna ve dişi bir kabın içinde kendini yenilediğine dair içgüdüsel bilgiye işaret eder. Eski Yunanistan'da Büyük Anne'nin bir biçimi olan Kibele Tanrıçası'na tapanlar şöyle ifade etmişlerdir:

"Zilli teften yedim,
Çalgı zilinden içtim,
Kutsal kabı doğurdum,
Gelin odasına girdim."

Yemeye, alıcılığa ve görünmez bir damatla ortaklığa dair bu güzel tasvirde, bir kap olan, sevgiye teslim olan ve kutsalla dolu olan bir yaşam yaratan dişil bir kapasiteyi hissederiz.

Dünya çapında ve zaman boyunca bütün kültürlerde bu imgeler çoktur, alma, muhafaza etme ve doğurma vasıtasıyla dönüştürme ve yeniden oluşturmaya yönelik kadın gücünü gösterir. Günümüzde Kuzey Columbia'da, Sierra Nevada'nın büyük Kogi uygarlığı hâlâ tüm erkekler tarafından Büyük Anne ve gücünün bir hatırlatıcısı olarak kireç kabağı ritüeli ile dişi kabın gücünün kolektif olarak kabulünü onurlandırırlar. Efsaneler Aluna, Anne tarafından oğluna, bir eş sembolü olarak verilen ilk kireç kabağını tarif eder. Kabak enerji veren kakaoya sahiptir; yemek için kabaktan kakaoyu toplamak üzere, bir çubukla birlikte verilir, çubuğun uzunluğu erkeğin toplumdaki saygınlığına işaret eder. Bu hep var olan anımsatıcı, bireysel erkekleri kutsal dişinin gerçekliğine bağlar, böylece dengede ve O'nun gücüne yeni yaşamın verimli kabına bağlı kalır.

Yaratıcı boşluğun bu gücü yaşamın birçok boyutunda mevcuttur ve bilincini zihnin gevezeliğinin ötesine uzatabilen ve anlık psikolojik ve fiziksel ihtiyaçlarımızı yeniden doğuşun medyana geldiği saklı dünyalara uzatabilen herkes tarafından erişilebilir. Belki yaratıcı boşlukla en güçlü çalışma, açığa çıkmaya bilinçli katılımdır spiritüel gücün fiziksel biçime tam bilinçle doğmasıdır. Bu işlem ve uygulama, yaşamın kutsallığını kabul etmenin gücüyle doğrudan ilişkilidir.

Bazen bir çocuğa karşı hiç sevgimiz olmaksızın doğum yapabiliriz ve bazen de öyle büyük bir sevgiyle doğururuz ki koşulsuz olarak onun için en iyisini isteriz. Her iki durum da yaratıcı boşluğun gücünü yansıtır, ama ikincisi yaşamın bilinçli olarak kutsanmasını da, fiziksel biçimdeki kutsalı bilme, ona saygı duyma ve onu yeniden doğurma işlemini de içerir. Bu ikinci örnekte bir kadın sevgiyle birliktedir ve içerdiği tüm bilgelikle birliktedir çocuğun spiritüel besleyicisi ile alakalı bilgelikle birliktedir. Bu derin seviyedeki açığa çıkmanın sembolü olarak, Tanrı'nın irade-

sine tam teslimiyeti Tanrı'nın oğlunu dünyaya getirmesinin koşulu olan Bakire Meryem'in tasvirini görürüz.

Budizm'in kendisini yeniden keşfettiği ve gerçekliğin doğasına dair yeni öğretilere uygun olarak kendini düzelttiği bir dönem olan Dharma tekerleğinin ikinci büyük dönüşü sırasında, Mahayana Budizm'i dişi bodhisattvayı (Ç.N. Bodhisattva, Budist düşüncede kendini tüm duyarlı canlıların Budalığa ulaşmasına yardımcı olmaya adamış kişidir.), İsminin anlamı 'bilgeliğin kusursuzluğu' anlamına gelen Prajnaparamita ile tanıştırdı. Kalp Sutrası'nda 'biçim olarak boşluk' ve 'boşluktan farklı olmayan biçim' deneyimi olarak, Prajnaparamita boşluğun ve yaratıcı potansiyelin büyük gizemidir. Meryem'in Tanrı'nın Annesi olarak bilinmesi gibi, Prajnaparamita 'tüm Budaların annesi' olarak bilinir, canlı, zeki boşluğun rahminden tamamen merhametli eylem doğurur.

Yaratıcı boşluğun bu seviyesinin bilinçli olarak çok kişi farkında değildir, çünkü gerçek olmayanın gerçeğe tam teslimiyetini, egoyu tamamen bir kenara koyabilme ve kutsalın yaratılana aktığı ve nüfuz ettiği açığa çıkma ve yeniden doğmanın büyük spiritüel işlemi ile birlikte olabilme kapasitesini gerektirir. Bakire Meryem ve Prajnaparamita, kişinin sadece tamamen teslimiyet ve ego bilincinin çözülmesi ile deneyimlediği Larry Merculieff'in 'evrenin merkezindeki rahim' tasvirine benzerdirler.

Bu kulağa göz korkutucu veya ulaşılamaz gibi gelse de, aynı zamanda o kadar erişilebilirdir ki, özellikle sonsuza açılan bir portal gibi, bu rahmi taşıyan kadınlar tarafından erişilebilirdir. Bu güce aşina hale gelebiliriz, onunla birlikte çalışmayı öğrenebiliriz, kendimizi ona adamayı öğrenebiliriz. Kadınlar günlük yaşamlarında onun mevcudiyetini hissetmeye ve onu kabul etmeye ihtiyaç duyarlar, böylece bilincimiz ve kattığımız deneyimle gelişebilir. Bu güç, dinlediğimizde ve enerji aldığımızda, bir fikri veya ihtiyacı dışa vurmadan veya ifade etmeden önce onlara tutunduğumuzda faaldir. Bir annenin çocuğunu nasıl koruduğunda, sevgisi ve dikkati mevcutken ve bir kap gibi koruyucu iken çocu-

ğun görünüşte kendi başına öğrenmesine izin vermesinde faaldir. Bir sanatçının çalışma şeklinde faaldir, nasıl ilham aldığında ve açıklığın sınırlarını ilhama doğru nasıl aştığında, tanrı vergisine göre hareket etmek için kişisel iradenin kullanılmasında faaldir. Koşullanmalardan özgür olarak sevdiğimizde her zaman faaldir, çünkü âşıkken, herhangi bir kişisel tercih veya yön olmaksızın bir akarsunun doğal olarak susuzluğu gidermesi gibi aynı zamanda ihtiyaç duyulduğu üzere dışarıya sevgi akıtırken bilinçli ve uyarığızdır. Bu faaliyetlerde daha büyük ve engin bir şeyi fark etmek, onurlandırmak ve onunla birlikte çalışmak için, kontrol eden benliklerimizi bir kenara koyarız. Daha büyük ve engin enerji nedir? Evrenin rahmi yoluyla ne doğabilir?

Boşluk Sayesinde Akıtma

Her seviyede yaratıcı boşluk, kutsala ve kutsaldan bir yoldur. Boşluk kutsaldır, çünkü kendi nefs ve ihtiyaçlarımızdan yoksundur ve yaşamın tanımlanamaz, aralıksız, sonsuz enerjileri ile doludur. Ancak yaratıcı boşluk sadece yokluk değildir; koşulsuz sevgi, huzur ve diğer ilahi enerjiler gibi kendi kişisel irade veya niyetimizin ötesinde yaşam güçlerinin bir kazanımdır. Bu güçler, merhamet, şükran, alçakgönüllülük, hürmet ve saygı gibi kendi kutsal bireysel tutum ve deneyimlerimizle ifade edilir ve bu güçlere onlar vasıtasıyla erişilir.

Uzak bir spiritüel ideal olması şöyle dursun, yaratıcı boşluk her daim var olan benötesi boyutu deneyimlemek için nefsimizi veya kontrol dinamiklerimizi bir kenara koyduğumuz her an erişilebilirdir. Bazen bu, daha derin bir birliği ihlal etmemek için bir tartışmada 'dilimizi tuttuğumuz' zamanda olduğu gibi disiplin gerektirir. Genellikle, enerjinin bizim vasıtamızla hızla akmasına izin vermek için kenara çekilirken bu güç işbaşında olduğunda, mesela yaratıcı sürecin eşiğinde olduğumuz zaman ilham ve enerjinin yaratmak için neredeyse bedenimizi devralması gibi ga-

rip bir gerilim vardır. Bu işlemlere dayanmak disiplin ve yoğun dikkat gerektirebilir, çünkü kontrolümüzün ötesindeki güçlerle tamamen mevcut olmamız gerekir.

Spiritüel dönüşüm her zaman yaratıcı boşluğa, benötesi ve ilahi enerjilerin ortaya çıkması için boşluğu ne zaman ve nasıl izleyeceğimizi ve koruyacağımızı bilmeye dayanır gibi görünür. Bireysel uygulamada meditasyon ve dua, tam bu çeşit işlemler için taşıyıcıdırlar. Her ikisi de içe dönüş için, günün dışsal dikkat dağıtıcılarından uzak ve zihinsel gevezeliğin içsel dikkat dağıtıcılığından uzak bir zaman ve mekân gerektirir. Varlığımızı içsel dünyalardan gelen şeylere açar. Kiliseler, manastırlar ve rahibe manastırları, dünya üzerindeki tüm kutsal yerler gibi, insan bilincinin aydınlanma ve merhametin potansiyellerini koruduğu ve onurlandırdığı spiritüel enerjiler için koruyucu kaplardır.

Sıradan, günlük hayatta yaşamın ilahi enerjilerine adaklar ve yeminler yoluyla saygı duyarız. Bu yeminlere, ortaçağ simyacılarının imbiği gibi dönüştürücü bir taşıyıcı olarak hizmet eden evlilik yeminleri de dâhildir. Başka bir insana edilen yeminler, temel enerjilerin ve ihtiyaçların psişik ve spiritüel altına dönüştürülebildiği ve yeni yaşamı güçsüzleştirmek yerine ona katkıda bulunabildiği yaratıcı bir işlemin dönüştürücü bir koruyucusu olarak hizmet eder. Evliliğin veya derin arkadaşlığın kabında, kişisel taleplerimizin bazılarını bir kenara koyarız ve gelişmek için derin saygı ve koşulsuz sevginin benötesi güçleri için alan yaratırız ve bu yeni hayatın sembolü çocuktur geleceğin çocuğudur.

Benötesi yaşam enerjilerinin beslenmesi ve korunması, insanların değerini anlamak için mücadele ettiği ve çok net bir şekilde bu sorumluluğun önündeki engelleri gördüğümüz halde, çoğunlukla dikkate almadıkları bir potansiyel ve sorumluluktur. Tepkiselliğin, kontrolün, güç dinamiklerinin ve kişisel gündemlerin boşluk vasıtasıyla gelişebilecek olan kutsalı ihlal ettiğini biliriz. Öfkeli bir kelimeyle sevgiyi ve yerini inkâr edebiliriz; kişisel taleplerimizle huzuru bir kenara koyabiliriz. Öte yandan hürmet, kabul görme ve tepkisel olmama, herhangi bir ilişkide bir rol oy-

namaları için bilinmeyene, mevcudiyete ve alçakgönüllülüğe yol açarlar. Boşluğu kabul etmek vasıtasıyla, mucizelerin olmasına izin veririz. Merhamet edilebilir ve alınabilir, sevgi büyüyebilir ve yaşam gücü yaratıcı momentumda gelişebilir. Bu güçler, kendi başımıza yaratabileceklerimizin ötesindedir. Bilinmeyene adanmayı, sihre uyum sağlamayı, ihtimal için sevgiyi, karşılığında ne verileceğinin bilinmemesine rağmen verme kararlılığını gerektirirler.

Hamilelik ve doğumun geçerli kalıbı her kadında mevcut olduğundan dolayı, içgüdülerimiz yaratıcı boşluğun gücüyle birlikte çalışmaya uyumludur. Bu güç, kadınlar bunu her ay bedenlerinde yaptıkları için, kadınların arındırma ve ahengi yeniden sağlama gücüyle son derece bağlantılıdır. Geleneksel olarak kadınlar, yaratıcı boşluğun gücünü ve arındırma gücünü, aileyi koruyan ve besleyen bir yuva yaratmak üzere kullanırlar. Eskilerin dediği gibi 'Her başarılı erkeğin arkasında bir kadın vardır' sözü, hiç kuşkusuz kadınların alanı muhafaza etmeye ve perde arkasından gizemli bir şekilde beslemelerine yönelik olan bu kapasitelerini yansıtır.

Bu güç aynı zamanda kadınların yaşamın kutsallığını kabul etmeleri ile de son derece bağlantılıdır. Yaşamın kutsallığını kabul ederiz, çünkü doğum mucizesi sırasında onun bir parçası oluruz ve koşulsuz sevgi yoluyla o mucizeye saygı duyar ve o mucizeyi yaşarız.

Çağdaş dünyada kadınların yapması gereken son şey, erkeklere ve çevremizde meydana gelen ataerkil yıkıcılığa göre arka planda yer almaktır. Oysaki gücümüzü hatırlamaya ve herhangi bir koşulda onu yaşamaya ihtiyacımız vardır ve rahimdeki güç kadar görünmez olan yaratıcı boşluğun gücü, yaşadığımız dış dünyada kabul edilmeyen veya hiç kabul edilmeyecek olan içsel, gizli işlemler için derin bir inanç geliştirmemizi talep eder.

Birçok kadına yaratıcı boşlukla zorunlu olarak çalışma, doğal gelecektir. Zaten bu boşlukta meydana gelen şeye karşı, tıpkı sevgiye özlem duyduğumuz, kendimiz gibi olmaya özlem duy-

duğumuz gibi özlem duyuyoruz. Boşlukta var olanın gücü, boşlukta gelişenin gücü o kadar canlıdır ki, bedenlerimiz onun için acı çeker. Kendimizi yaratıma, dönüşüme ve iyileştirmeye ve yaşamın tüm gizli yaratıcı güçlerine adamaya özlem duyarız. Yaratımın özünde faal olan neşeyi ve fedakârlığımızın meyvelerini bilmeye özlem duyarız.

Boşlukla birlikte çalışmaya, bizimle birlikte yaratırken kendimizi adamaya dair özlemimizle ilgili daha bilinçli olabiliriz. Anlık arzularımızın ötesinde bizi çağıran geleceği görme alıştırmaları yapabiliriz. Ne zaman alacağımız ve muhafaza edeceğimiz, ne zaman önlem alacağımız ve koruyacağımız, ne zaman dünyaya getirmeye ortak olacağımız arasında ayrım yapma alıştırmaları yapabiliriz.

Yaşamlarımızın tüm alanlarında fiziksel hamilelik ve doğum sırasında, bir şeyin tezahür etmeye çalıştığını bildiğimiz ortak çalışmaya dayalı veya sanatsal çabalar sırasında, büyüyeceğini ve gelişeceğini umduğumuz ilişkilerde ve yaşamın sadece basit bir şekilde tazelenmesini ve yenilenmesini istediğimiz günün görünüşte en sıradan olan kısımlarında uygulama yapabiliriz. Doğum her anın bir parçasıdır. Yaşam daima kendini yeniler. Kendimize bunu hatırlatmak, yaşam mucizesine hürmet ve saygı duyduğumuz ve bilincimizin derin veçhelerinin şükran, sevgi veya kendimizden daha büyük bir şeye hizmet etme istekliliğinin etkinleştirilebildiği bu içsel boşluğa doğru yönelmemize yardımcı olur.

Almada, Dönüştürmede ve Vermede Boşluk

Yaratıcı boşluğun gücüyle çalışmak, ne zaman ve nasıl alacağımıza, ne zaman ve nasıl muhafaza edeceğimize, ne zaman ve nasıl serbest bırakacağımıza dair bir anlayış gerektirir. Tüm bu faaliyetler bireysel ihtiyaçlarımızın, hatta anlayışımızın ötesinde bir yaratıcı işlem için farkındalık ve boşluğa saygıyı gerektirir.

Boşlukta ne kadar uyanık ve onun ne kadar farkında olursak, o boşlukta meydana gelen şeyi dönüştürmeye o kadar katılırız. Bunun kontrol veya hâkimiyet ile ilgisi yoktur; dinlemeye, izlemeye, onunla olmaya ve ona vermeye dayanan özgün bir katılımdır.

Almak ve yaratıcı boşluk derinden bağlantılıdır. Dinleme belki de bu güçlerin görünüşte en sıradan durumlarda birlikte nasıl çalıştıklarına dair en basit ve sağlam örnektir. Dinleme yaratıcı bir eylemdir. Bilginin veya enerjinin sadece girmesine izin vermeyiz; girmesine ve dönüştürmesine izin veririz. Neyi dönüştürmesine? Bunu her zaman bilmeyiz. Bu dönüşüm açık ve kişisel önem sırasına göre temizlenmiş olan derin içsel alanda meydana gelir ve ilişkileri derinleştirmeye, bilgeliğin ortaya çıkmasına ve yaşamın onurlandırılmasına katkıda bulunur.

Derin dinleme, fırsatlar ve anlayış yaratır ve kendiliğinden ortaya çıkan, söylediğimiz ve sunduğumuz şeylere nüfuz eden, başkalarını ve anın potansiyelini dönüştüren merhamet ve empati gibi duyguları destekler. Dinlemek, kişisel gündemlerin veya tepkisel savunuculuğun belirlenmiş ve genellikle tahmin edilebilir kalıplarının dışında, yeni baştan başlamamıza izin verir.

Larry Merculieff boşluğun öğrenmeye nasıl izin verdiğini tarif eder. Larry, Alaska'nın kıyısındaki Aleut Adaları'nın kuzeyindeki Pribiliof Adaları'nı oluşturan beş adadan biri olan 12x5 millik St. Paul Adası'nda geleneksel bir şekilde yetiştirilmiştir. Pribilof Adaları, 1700lerde Rusya tarafından, 1800lerin ortalarında Amerika Birleşik Devletleri tarafından işgal edilmiştir. Rus kürk tüccarlarının ellerinde Larry'nin bir soykırım olarak nitelendirdiği olayları yaşadıktan sonra hayatta kalan Aleut halkı, köleler olarak kürklü fokları öldürmek üzere Pribilof Adaları'na götürülmüşlerdir. 1983'te Millet Meclisi tarafından fok katliamına son verilmeden önce, St. Paul Adası ilk olarak Rus, daha sonra ABD kürklü fok endüstrisinin merkezi idi. Rusların ve Amerikalıların işgalinden önce Aleut halkı yerküre ve denizle spiritüel olarak gelişmiş ve sürdürülebilir bir ilişki içerisinde yaşıyorlardı. Ve işgalden sonra geleneksel yerli kültürünün sadece son kırıntı-

ları kaldı. Larry, geleneksel bir şekilde yetiştirilen son neslin bir parçasıydı. Dört yaşında kendi neslinin tek Kuuyux'u olarak belirlenmişti. Görevleri eski yerli bilgeliğini muhafaza etmeyi ve bir kol veya köprü gibi onu uzatmayı içeriyordu ('Kuuyux' kelimesinin anlamı budur). Pribiloflar'daki geleneksel kültür, kutsal dişil ve yaratıcı boşluğun gücü vasıtasıyla ifadesi ile nasıl çalışılacağının bilgisini ve buna karşı derin saygıyı kapsıyordu. St. Paul Adası'nda genç bir çocuk olarak, akıl hocası ile ilişkisi sayesinde bu değerlerin kendisine öğretilmesini anlatır:

"Geleneksel akıl hocası ilişkisi içsel bilişe, içsel hisse dayanır. O biliş, akıl hocalığının meydana gelmesi için önemlidir. Beş yaşımdan on üç yaşıma kadar akıl hocam bana bir erkek olmam, bir ilişkide olmanın ne demek olduğu, Aleut ahlak ve değerleri, avlanma, balık tutma, yaşama saygı ile ilgili bilmem gerekenleri öğretti. Ancak tüm o zaman süresince, bana iki yüz kelimeden fazla bir şey söylemedi. Akıl hocalığı ilişkisinde, farklı bir seviyede iletişim de dâhil olmak üzere, başka bir şey olmaktadır ve bu, evrenle, kutsal olanla iletişim kurmayı anlamada gereklidir.

Bana ilk tüfeğimi ve av tüfeğimi yedi yaşımdayken verdi. Öğrenmem için bana alan yaratmaktan sorumluydu ve hiçbir zaman talimat vermedi. Sadece oturur, izler, dinler ve öğrenirdim. Gün doğmadan önce dışarı çıkardık, öğleden sonra yaklaşık saat 4'e kadar dışarıda kalırdık. Dışarı çıkmak için sabah saat 3'te kalkardım ve 12 saatten fazla süre dışarıda oturur ve avcıları izlerdim. Dinler ve öğrenirdim. Tek seferde 6-7 veya 8 saat sessiz bir şekilde otururdum. Günümüzde çocuklar beş dakika bile oturamıyorlar."

Bilgiyi almak, dönüştürmek ve doğrudan deneyimle onu temellendirmek yoluyla öğrenmek, dayatılmış fikirlerle dikkatimiz dağıtılmadığında gelişir. Larry akıl hocasının kendisinin öğrenmesine yardımcı olmak için 'boşluk yarattığını' ve kelimeler kullanmadığını veya talimat vermediğini anlatır. Bu deneyimde öğrenme insanın bütünüyle sadece zihin değil, aynı zamanda beden ve kalp ile meydana gelmekteydi.

Sözleri sadece dinlemeyiz; yaşamı dinleyebiliriz ve sezgimizi veya kalbimizi dinleyebiliriz. Biz kabul ettikçe, aldıkça ve izin

verdikçe, dinlemek boşluktaki yaratıcı işlemleri boşluğu doldurmayan veya dağıtmayan, ancak onu onurlandıran tüm faaliyetleri etkinleştirir.

Şamanizm yazarı ve öğretmeni Sandra Ingerman, yazmanın yaratıcı süreci sırasında boşlukla çalışabilme yeteneğini tarif eder:

Sürekli olarak insanların yazar tutukluğu hakkında konuştuklarını duyarım. Yaklaşık sekiz kitaptan sonra şimdi fark ettiğim şey, yazar tutukluğuna sahip olduğunuzda, bu genellikle en önemli kısımdır. İçsel bahçede sessiz bir filizlenme devam etmektedir. Eğer doğumu hızlandırmaya çalışırsanız, memnun kalmazsınız. Bir yazar olarak öğrendim ki eğer hiçbir şey olmuyor gibi görünüyorsa (beş yıl boyunca bir kitaptan sadece üç sayfa yazabildim!) bu genelde iyi bir şeydir. O beş yıldan sonra, kitabı iki haftada bitirdim. Hiçbir şeyin olmadığını düşündüğünüz zaman, gerçekleşen çok kuvvetli bir süreç vardır her şey olmaktadır. Öğrenciler dinlenme dönemlerinde olduklarını söylediklerinde, bunun verimli bir zaman olduğunu ve içlerinde bir şeyin büyüdüğünü söylerim. Olayların hemen şimdi olmasını isteriz, ama doğum o şekilde olmaz.

Boşlukla yaratıcı bir şekilde çalışma, büyük sabır ve farkındalık gerektirebilir. Sadece boşluk yaratmayız; aynı zamanda bir şey olmadan önce saatler, günler veya aylar boyunca, gözle görülmeyen şeylerin olmaya devam ettiğine itibar ederek, bilinçli olarak o boşluğu kabul etmemiz ve ona saygı duymamız gerekir. Sırf sanki hiçbir şey olmuyormuş gibi göründüğünden dolayı boşluğu tavizlerle doldurmamalıyız. Sandra'nın doğumla ilgili örneği, kadınların tüm bu aşamalarla almak, muhafaza etmek ve vermek ne kadar ilgili olduklarına ve onlara ne kadar uyumlu olduklarına dair güçlü bir örnektir.

Her bir aşama farklı enerjiler ve tutumlar gerektirir. Verilecek yeni bir yaşam tohumu için, cinsel arzu yoluyla veya bağlanma ve aidiyet için psikolojik veya spiritüel özlem yoluyla alma ve verme ilişkisi vasıtasıyla kaderimizi yaşamak için en fiziksel gerçeklikte tezahür eden yürekten, içsel özlemin gücüne ihtiyaç duyarız. Fetüsü muhafaza etmek ve korumak, dikkat ve kendi kendini besleme gücünü kullanmamızın yanı sıra, diğer bir kişiye

sevgimizde kendimizi feda etme gücünü kullanmamızı da gerektirir. Kaç kadın sadece yeni yaşam ihtiyaç duyduğu için kahveden, içkiden veya diğer kötü alışkanlıklardan vazgeçiyor?

Son olarak doğumu itelemek inanılmaz bir fiziksel acıyı, ama aynı zamanda doğumda payı olan evrenin kişisel olmayan güçlerine doğal uyumu da içerebilir. Ne zaman itmemiz gerektiğini, ne zaman tutmamız gerektiğini bilmemiz gerekir. Bu artmış dikkat ve kendimizden daha büyük bir şeye bağlantı hissi o kadar cazibeli olabilir ki birçok kadın doğum sürecine bağımlı hale gelebilir. Tüm bu aşamalar ve güçler sadece doğum sırasında değil, her zaman işbaşındadır. Özlemimizin içimizde ve hayatımızda yeni bir şey için bir boşluk yaratmasına izin veririz. Daha önceki bir bölümde belirtildiği üzere özlem, gerçekten ne istediğimize ve neye ihtiyaç duyduğumuza dair bilinçli ve saygılı olduğumuz zaman en iyi şekilde çalışır. Eğer ihtiyacımızın boşluğuna katlanamıyorsak ve ihtiyacımız olan şeyin bize ne zaman verildiğini fark edene kadar, onu alana ve karşılık verene kadar özlem, genel olarak faydasızdır.

Özlem ile ilgili bölümde anlatılan, bir kafede Barack Obama ile birlikte, dünyaya daha fazla yardım etmek için daha çok şey yapma ihtiyacı ile ilgili ağladığına dair rüya gören kadın, aniden beklenmedik bir şekilde 2000 mil uzakta bir kasabadan iş teklif edildiğinde, yaşadığı yerle ilgili kararsız hissederek ve yeni bir şeyler isteyerek aylarca zamanını harcamıştır. İlginç bir şekilde, iş teklifinin dünyada daha fazla şey yapmaya dair özlemiyle bağlantılı olabileceğini fark etmediğini söylemiştir. 'Gafil avlanmıştım ve o işi kabul etmeye, evimi satmaya, arkadaşlarımı kaybetmeye, tüm hayatımı başka bir yere taşımaya karşı direnç gösteriyordum. Ama karar vermek için sadece birkaç günüm vardı ve tamam dedim. Ama şimdi görüyorum ki başından beri farklı bir şeye dair özlemim, gerçekten yeni bir şeyin verilebilmesi için boşluk yaratıyormuş. Sadece fark edememişim!'

Genellikle özlemimizin yeni fırsatları çeken boşluklar yarattığının bilincinde değilizdir. Gerçekte ne istediğimizin, neye ihti-

yaç duyduğumuzun veya yaşamın o derin ihtiyaçlarımıza yüzeysel arzularımızdan daha sık karşılık verdiğinin farkında olmadığımızdan dolayı, karşımıza çıkan şeyleri sıklıkla reddederiz. İçimizin ta derinlerinde meydana gelen şeylere karşı daha bilinçli ve saygılı olmak ve ihtiyaç duyulana karşılık verebilmek için o süreci korumak bize bağlıdır. Bu, yaşam bizimle birlikte çalışırken bizim de onunla birlikte çalışabileceğimizi gösterir.

Kendisini var etmek isteyen yaşamın kendisine ve spiritüel söylemde kendisini bilmek isteyen ilahiye derinden bağlı olan özlemin gücüne saygı duymamız gerekir. Evren, kendi dünyası vasıtasıyla tezahür eden ilahinin bir ifadesidir ve bu yaratıcı süreçte bizim vasıtamızla yaşayan ilahi ihtiyaçlara ve güçlere saygı duyarak bir rol oynarız. Bu doğum sürecinde özlemle, alıcılıkla, beslemeyle, güzellikle ve yaşamın kutsallığının bilinçli olarak kabul edilmesiyle birlikte çalışırız. Aynı zamanda kadınlar tarafından kendiliğinden yaşanan bu içsel ilahi nitelikler, ilahi olanın çoğunluğunun yaşamda gözler önüne serilmesinde önemli bir yer tutar.

Boşluğu Doldurmak

Yaratıcı boşlukla çalışmak için büyük bir caydırıcı, hiçbir çözüm olmayan veya ne olduğuna dair hiçbir dış belirti olmayan zamanlara, ne yapılması gerektiği veya nasıl davranılması gerektiğine dair hiçbir işaret olmayan zamanlara tahammül edememedir. Hamile kalan ilk kadın olduğunuzu hayal edin. Hamileliğin ne kadar süreceğine dair hiçbir fikriniz olmayacaktır. Kendi bedeninizi ele geçiren gerçekten olağanüstü ve garip bir şeye dair bir hissiniz olacaktır, ancak tam olarak ne olduğuna veya sürecin ne zaman biteceğine veya ortaya ne çıkacağına dair pek bir şey bilmeyeceksiniz. Giderek daha çok büyüyeceksiniz, daha çok ağrılarınız olacak ve artan bir şekilde huzursuz olacaksınız ve elinizde sadece ne olduğuna dair garip işaretlerden başka bir şey ol-

mayacak. Ta başından beri çok özel bir şeyin işbaşında olduğunu ortaya çıkaran o doğum anına kadar dayanmanız, izlemeniz ve güvenmeniz istenecek. Bu türden bir güven, uyum, cesaret, çok az anlayışla ya da hiç anlayış olmaksızın rahatsız olmaya dair isteklilik ve görünüşte bir son olmaması, çok sıklıkla yaratıcı boşlukla çalıştığımız zamanlarda ihtiyaç duyulan şeydir.

Fiziksel olarak bir çocuk taşımasak bile her birimiz hamile kalabiliriz. Hamilelik yeni yaşam doğurma süreci her zaman özgündür ve tıpkı iki çocuğun aynı olmaması gibi emsalsizdir. Ama çoğunlukla varlığımızın içindeki boşluklarda meydana gelen sürece saygı duymayız ve o boşluğu hissetme yollarını kaybetmişizdir.

Günümüz dünyasında çoğumuz bilinçli dikkatimizi çabayla ve genellikle çabucak karşılanabilen anlık ihtiyaçlarımıza, genellikle korkulara dayanan ihtiyaçlara bilinmeyenin korkusu, kontrolden çıkma korkusu, kırılganlık korkusu, yeterince sahip olamama korkusu, yalnızlık korkusu vs. veririz. Özellikle kadınlar için geçici çözümler duygusal veya psikolojik tatmin biçimini alır. Duygusal geçici çözümler vasıtasıyla bazı fırsatların azaldığını kabul etmek istemeyiz. Daha iyi hissetmek ve başkalarının da daha iyi hissetmelerini sağlamak isteriz, ancak çoğunlukla, herhangi bir uygun çözüm açığa çıkmadan önce, bilinmemeyi ve saygıyı gerektiren daha derin işlemler ile bu dürtü birbirine karışır. Bir şifa uygulamasında kadınlarla birlikte yıllarca çalışan Sandra Ingerman, kadınların yaratıcı alanın gücüyle nasıl karışabileceklerini tarif eder:

"Bu muhafaza etme dişil kısımdır hiçbir karşılığa gerek duyulmayan, yapılacak hiçbir şey olmayan kısımdır. Dünyayı kim haline dönüştüğümüzle değiştiririz, ne yaptığımızla değil. Dişi olan şey, izin verme, muhafaza etme ve olanı kabul etmedir. Dinamik veya eril kısım, bildiğimiz şeyi analiz etmek veya göstermek ister. Veya başka biriyle ilgilenmek için dört elle sarılmak isteriz bu kurtarma tepkisidir. Sadece tanık olarak ve bir şeyleri daha iyi hale getirmeye çalışmayarak herkes rahat olmaz.

Her ne kadar 'dişil' olsa da, kadınların onunla pratiği azdır. Kadınların kurtarma ve bir şeyleri iyi hale getirme ihtiyaçları vardır. Ama her şeye atlamamayı, bunun yerine tanık olmayı öğrenmemiz gerekir. Mevcut olmayı öğrenmemiz gerekir. İnsanları eğitirken karşılaştığım en zor kavramlardan biri budur. Boşluğu muhafaza etmekten ve bir çapa olmaktan, böylece bir şeylerin kendiliğinden meydana geleceğinden bahsedebilirim ve bunu anlarlar veya anlamazlar. Eğitimci eğitimlerini 10 yılı aşkın süredir yapıyorum ve hâlâ insanların bunu ya anladıklarını ya da anlamadıklarını görüyorum! Çok sıklıkla kadınların kurtarmaya dair ihtiyaçları, insanları hasta ediyor. Yaşamın daha derin yönlerinin bizi beslemesine izin vermiyoruz.

İnsanlara bunun bedende, sadece oturup boşluğu muhafaza ettiğiniz, enerjileri demirlediğiniz ve yargı olmaksızın akıp gitmelerine izin verdiğiniz bir his olduğunu söylüyorum. Zihni sakinleştirebilmemize ve zihnimizden ve duygusal alışkanlıklarımızdan daha derin bir şeyleri deneyimleyebilmemize yardımcı olur. Ancak bunun nasıl yapılacağını herkes anlamaz."

Sandra, kendi yaşamında boşluğu muhafaza etmenin gerekli olduğu bir dönemi tarif ederek devam eder:

15 yıl önce gerçek bir kriz atlattım. Tamamen parçalandığımı hissettim. Öyle bir kayıp yaşadım ki atlatabileceğimi düşünmedim. Ancak bir tarafım bunun güçlü bir inisiasyon olduğunu biliyordu. Bunu anlattığım kişiler, sadece dinleyeceğini bildiğim ve daha iyi hale getirmeye çalışmayacaklarını bildiğim kişilerdi. İnsanların sadece boşluğu devam ettirmelerine ihtiyaç duydum. Beni seven veya işleri yoluna koymaya çalışabilecek olan arkadaşlarımı arasaydım bunun ihtiyacım olan şey olmadığını biliyordum. Bu yüzden başkalarının yanımda olmasını istedim boş luğun sürdürülmesine yardımcı olabilecek kadınların yanımda ol masını istedim. Bu, kişisel olarak benim için çok güçlü bir öğretiydi. Nasıl hissettiğim bu kadınlar tarafından taşındı ve kimse beni herhangi bir şekilde kurtarmaya çalışmadı. İnsanların bunu yap maya üç ay devam etmesini istedim. Bu, çok etkiliydi.

Kendimize sıklıkla, hayatta ve kendi bireysel hayatlarımızda, alışılagelmiş duygularımızın veya hislerimizin vasıtasıyla bil-

diğimiz şeylerden çok daha fazlasının meydana geldiğini hatırlatmamız gerekir. Ruh, duygusal iniş çıkışlarımızdan çok daha farklı ritimlerle çalışır ve yaratıcı boşlukla çalıştığımız zaman kendi ruhlarımızın ve yaşamın ruhunun enerjisiyle birlikte oluruz. Sandra devam eder:

"Dönüşüm ve iyileşme, mevcudiyet yoluyla meydana gelir. Kendi aydınlığınız uyarılır. Hiçbir çaba yoktur hiçbir deneme veya hiçbir alma yoktur. Bu mevcudiyet sudaki zehri dönüştürebilir, havadaki kirliliği değiştirebilir; herhangi bir şeyi değiştirebilir ve dönüştürebilir. Bunu topluluk ve ilişki bağlamında açıkladım ilahi özlerini yansıtan ve canlandıran biriyle veya bir şeyle birlikte olmanın bir yolu vardır. Bu, iyileşmenin ve dönüşümün nasıl meydana geleceğidir. Bu, bir şeyler yapan bizler değilizdir, ancak adil tanıklık olarak adlandırdığım şeydir. Gece vakti gökyüzündeki bir yıldız ışık saçar. Onu göndermez. Sadece ışık saçarak bir dönüşüm enerjisi haline geliriz."

Yaratıcı boşlukla çalışmak, içsel bir farkındalık geliştirmek demektir. Sandra, Larry'nin ihtiyaç duyuları algılamak için hislerimizi ve bedenlerimizi dinlemeye dair daha önceki sözlerini yankılar:

"Çok derin ve zengin bir iç dünyaya sahip olmamız ve sonrasında bunun bedenlerimiz vasıtasıyla yansıtılması demektir. İç bahçenin bu işlenmesi, içsel kutsal alanı yaratır, böylece huzur veya neşe için dış dünyaya bağımlı olmayız.

Yaratıcı boşluğun gücü, kutsal alanları nasıl yarattığımızdır ve kendi benliklerimizle ruhumuzun tapınağı olan benliklerimizle kutsal olarak nasıl ilgilendiğimizdir. Evimiz, bahçemiz, toprağımız hepsi tapınaktır. Bilinçli olarak yaşamı bir tapınak olarak kabul edebiliriz ve bunu yapmak güzelliğin açılması için onu teşvik eder. Ancak bu zaman alır."

Özünde yaratıcı boşluk kutsal bir güçtür ve onunla meşgul olduğumuzda içimizdeki kutsallığı ortaya çıkarır ve güçlendirir. Hiçbir anne çocuğuna gebe kaldığında yalnız kendisinin işbaşında olduğuna inanmaz. Evet, hamile olan odur; aynı zamanda oluşan yaşamın kutsal sürecinde tamamen faaliyette bulunan odur. Yaratıcı boşluğa değer vermeyi öğrendikçe kontrol dina-

miklerimizi bırakmayı ve içimizde bizimle birlikte ve bizim vasıtamızla hareket ettikçe yaratımın yaşayan gizemini bilinçli dikkatimiz ve saygımızla dâhil etmeyi öğreniriz. Bu, yaşamak için zorlu bir yoldur, ancak birçok şekilde nasıl yaşadığımız olabilir. Ruhun yaşamlarımıza katılması için ona nasıl izin verdiğimizdir. Ruh için boşluğun farkına varırız ve bir çocuğun yaratımında nasıl pay sahibi oluyorsak, ruhu o boşlukta karşılayacak olan enerjileri veya niyetleri anlarız.

Sandra, kadınların geleneksel olarak alanı boş tutma ve aynı zamanda ilahi enerjilerin girmesine ve dönüştürmesine izin verme yollarını açıklar:

"Kadınlar her şeye ruh katar. Ben bir eğiriciyim lifi yüne eğiririm. Ara sıra yün eğirme atölyeleri düzenlerim. Öğretmeye çalıştığımız şey, eğirmenin doğal bir işlem olduğudur; onu ilgi ve sevgiyle yapmak doğaldır. Fiziki şeyleri sevgi ve ruhla nasıl yapacağınıza dair bilgimizi nasıl tekrar hatırlayabiliriz? Sevgiyle pişirilen yemeğin tadı, hiçbir sevgi veya ilginin mevcut olmadığı mekanik olarak yapılan ve fabrika yapımı olanlara göre daha farklıdır. Bir bitkiye özen göstermek bir bitkiyi sevgiyle besledikçe, içinizdeki o boşluk, bunu her şeyle nasıl yapacağınızı fark eder. Hepsi oradadır! Onun meydana gelmesine izin vermek için boşluğa açılın. Derin gizemler zaten her zaman bu gücün içinizde nasıl olduğu ile ilgili olmuştur!

Modern zamanlardan önce geleneksel zamanlarda teknolojiden önce kadınlar yemek pişirdiğinde veya kıyafet diktiğinde bunu sevgi ve özenle yaparlardı. Kimin için yaptıkları veya kimin için pişirdikleri önemliydi. Kadınlar yuvalarını sevgi dolu bir ortam yaratma niyetiyle ayakta tutarlardı. Tüm bu yollarla boşlukla çalıştık ve o boşluğa nasıl sevgi getireceğimizi bildik. İşte böyleydi..."

Rahme Girmek

Hiçbir şey kadınların rahmi kadar yaratıcı boşluğun gücünü yansıtmaz. Ancak rahim sadece yeni insan yaşamı yaratmakla ilgili değildir. Birçok çeşit yaşam yaratmakla ilgilidir.

Çigong uygulayıcısı ve öğretmeni Dr. Guan Cheng Sun'a göre, kadınların rahimdeki yaratıcı süreci devam eder. Bir kadın bir çocuk yaratmadığında, rahmi çeşitli spiritüel güçlerin ve oluşumların taşıyıcısı haline gelebilir.

"Rahim, enerjilerin güçlü bir birleşmesidir. Rahmin ışıkları hayrete düşürücüdür. Hâkim olan üç renk ve enerji vardır biri koyu mavi veya parlak siyah gibidir. Sonra onun içinde birbiriyle karıştırılmış beyaz enerjiler gibi çok sayıda nokta vardır ve ayrıca pembe veya canlı kırmızı enerjiler vardır. Bunlar hâkim olan enerjilerdir ve çok güzeldir.

Eğer biri hamileyse enerji oradadır. Eğer hamile değilse veya enerjik uygulamalar yapmıyorsa, enerji kullanılabilirdir, ama hiçbir şey yapmamaktadır. Bu enerji yaratım ve sentez, sentez ve yaratımla ilgilidir."

Larry Merculieff de rahmi, enerjilerin güçlü bir birleşmesi olarak tanımlar. Rahmi, evrenin merkezindeki enerjilerle veya 'evrenin rahmi' ile tam olarak aynı olan bir 'hologram' ve 'enerjilerin matrisi' olarak adlandırır.

"Evrenin merkezindeki rahim nedir? Kadınların bedeninde nasıl yansıtılır? Sadece yansıtılmaz; birebir aynıdır. Bir kadının bedeni, evrenin merkezinde bulunan aynı enerji alanını içerir. Sonsuz bir potansiyel alanıdır. Şekilsiz bir boşluktur."

Prajnaparamita'yı 'tüm Budaların annesi' olarak tanımlayan Mahayana Budistlerine göre, bu evrensel rahimden özgün bir bilgelik doğmuştur. Bu aynı zamanda Larry Merculieff'in içinde büyüdüğü Aleut halkının da öğretisidir. Larry'ye göre zamanın başlangıcında insanlığa gezegen üzerinde nasıl yaşamaları gerektiğine dair 'asıl talimatlar' verilmiştir. Bu talimatlar, bu enerji matrisinin kadınlarda ve insanın dönüşümünde nasıl işleyişte olduğuna dair bilgeliği de içerir. Larry 'rahmin yeni bir şey doğurması için kadınlardan törensel alana çıkarılması' sırasında, geleneksel olarak kendi hayatında ve diğer kadınlarla törenlerinde bu enerji matrisiyle çalışılmasının bir kadının sorumluluğunda olduğunu söyler.

Larry'nin Arınma bölümünde açıkladığı üzere, kadınlar bu enerji matrisini cinsellikleri vasıtasıyla da etkinleştirebilirler. Di-

ğer bir yolunun, yine kutsal dişilin kadınlar kanalıyla kendiliğinden yaşandığı bir yönü olan koşulsuz sevgi gelişimi vasıtasıyla olduğunu söyler.

"Koşulsuz sevgi, bir annenin çocuğuna karşı sevgisiyle gösterilir ve kutsal bir ders sunar. Bir annenin koşulsuz sevgisi, kendi için, başkaları için, evren için koşulsuz sevgi var olana kadar geliştirilebilir... Eğer bu geliştirilirse bu, evrenin merkezindeki rahme giriş noktasıdır. Buraya girmenin bir diğer yolu, yaşam verme gücünü deneyimlemektir. Kadınlar bunu doğrudan deneyimler, ama erkekler bunu çocuğun doğumuna şahit olarak bu süreç sırasında enerjik olarak farkında kalarak öğrenebilir. Doğurmak bilinmeyenin gücüne sahiptir. Kişi bunu kendi varlığına kattığında, dönüştürücüdür. Kişi şahit olma yoluyla doğum eylemini deneyimlediğinde, bilinmeyenin, sihirli olanın, gizemli olanın, kutsal bilinmeyenin tanımlanamaz deneyimine sahip olur. Ancak kişi kozmik rahmin sunduklarını almaya tamamen açık olmalıdır. Almak için güven ve inanca tamamen teslim olmalısınız. Tıpkı kadınların doğururken bedenlerinin gücüne teslim olmaları gibi. Erkekler genellikle böyle bir teslimiyeti yaşamazlar. Kadınlar her zaman yaşarlar."

Yüzyılların Dengesizliği

Aydınlanmış cinsellik kadınlardaki bu enerji alanını etkinleştirebilirken ve erkeklere bunun için bir yol sunarken, Larry cinsellik vasıtasıyla bu enerji alanı ile çalışma olasılığının pek muhtemel olmadığını açıklar:

"Bu, birçok kadın dengesiz eril enerjiden zarar gördüğü ve dolayısıyla duygusal ve bedensel olarak savunuldukları için günümüzde zorlu bir iştir. Daha iyisini bilmeyen erkekler, sadece kendi ihtiyaç ve arzularının 'alıcılarıdırlar'. Erkekler bu bilinç seviyesindeyken 'alma' enerjisini yayarlar ki bu kadınlar tarafından bilinçaltı olarak ve enerjik olarak algılanır, kapanmaya ve sahte teslimiyete neden olur."

Larry tarafından izah edilen bu dinamik, eril ve dişil arasında, dengesiz erkekler ve dengesiz kadınlar arasında yüzyıllarca

süren güç dinamiğinin bir sonucudur. Erkeklerin kadınlara karşı korku ve şiddetinin özünde, sevişme sırasında şekilsiz olanla karşılaşmalarından dolayı ortaya çıkan temel korku olduğunu ileri sürer.

"Erkeklerin temel korkusu muhtemelen bir erkek cinsel açıdan bir kadının içindeyken ve boşalmaya başladığında etkinleşmiştir. Kadının içindeki o kutsal alanda bir erkek fiili olarak hiçlikte erimeyi deneyimleyebilir. Bu çok büyük bir güçtür. Ego çözülmeye başlar, ama korkuya kapılır 'Kayboluyorum!' der. Erkeklerde ilk korkunun geldiği yer burasıdır. Eril ego dış dünyadaki biçim ve yapıyla ilgilidir. Ego cinsel ilişki sırasında eğer yok olursa, fiziksel dünyada tamamen öleceğinden ve var olmayı bırakacağından korkar. Böylece ego korkuya kapılır. Temel korku, kadınlar beni öldürebilir korkusudur. O zaman karşılığı 'Sadece bundan uzaklaşmam değil, aynı zamanda o beni öldürmeden benim onu öldürmem gerekir.' Düşüncesidir."

Larry erkeklerin kadınların gücünden korkmasının, boşluğun veya şekilsiz alanın gücü ve kadınlara karşı şiddetlerinin, erkekleri ve kadınları birbirlerinden korkar ve birbirilerine kızar halde bırakan ve cinsellik vasıtasıyla yeniden doğum ve ölüm sürecini de içeren evrendeki en büyük spiritüel gizemlere karşı kapalı halde bırakan eril ve dişil dengesizliklerin uzun bir hikâyesinin parçası olduğunu açıklar. Aleut da dâhil olmak üzere birçok çeşit yerli gelenekleri, eril ve ataerkillikle dişil ve anaerkillik arasında sallanan bir sarkaç yoluyla dengesizliğin tarihsel sürecini tanımlar. Bugün nerede olduğumuz aşikârdır. Larry bu eril ve dişil gölge ve güç dinamiği arasındaki uzun dönem savaşı açıklar:

"Tüm çevremizde var olan ataerkil dünya vasıtasıyla yansıtılan büyük bir eril dengesizlik zamanındayız. Bu zaman kontrol, kopukluk, ayrılık, bilim ve teknoloji tarafından yaşamdan kopma ve kontrol etmeye dair bilinçsiz ihtiyaçla tezahür eden temel korkuyla belirtilir. Ancak bu eril dengesizlik, ondan önceki dişil dengesizliğe bir tepkidir. Dişil dengesizliğin işaretleri nedir? Cinselliğin ve şehvetin kullanımı yoluyla kötüye kullanmadır.

Zaman içerisinde her kolektif bilinç hem eril hem dişil diğerine tepki vermiştir. Gölge, gölgeye tepki vermiştir. Kadınlar tarafından kötüye

kullanma erkekleri ya yok etmiştir ya da kızdırmıştır. Nasıl yok etmiştir? Kadınlar direkt olarak erkeklerin kalbine girebilir ve onu birkaç kelimeyle paramparça edebilir. Erkekler fiziksel veya sözel şiddetin kullanımıyla parçalanabilirler. Erkeklerde, dil enerjiden daha zararlıdır. Kadınlarda zarar veren enerjidir. Kadınlar bağlantıyı algılar ve anlarlar ve bu algı ve anlayış, erkekleri manipüle etmek ve parçalamak için kötüye kullanılır. Erkekler geri püskürtür ve erkekler fiziksel olarak ve yıkım yoluyla geri püskürtmüşlerdir. Bu kadınlarda öfke yaratır ve bu parçalayıcı güçler arasında bir ileri bir geri gideriz.

Şimdi ruhlarımızı etkilemiş olan bir eril dengesizlik zamanındayız. Binlerce yıl boyunca dişil olan her şeye karşı şiddetten dolayı acı çektik.

Bu şiddet, kadınların büyük öfke içeren bir kolektif bilinçli enerji alanını yarattı. Annelerimizin dişil çizgi boyunca öfkelerini fetüslerine yüklemelerine dair gerçekle bu artmıştır. Dengesiz bir eril dünyada bir dişi olarak doğdunuz. Kendi ruhunuzun yaralarını deneyimlemeye ve sonra bu büyük yaralanmanın kolektif bilincine erişmeye başladınız. Gölgelerin birbirini güçlendiren çok katlı seviyeleri vardır."

Larry, dişilin büyük bir kısmının yok edilmesinin sonuçlarının, fark etmediğimiz veya anlamadığımız biçimlerde spiritüel yaşamlarımıza uzandığını söyler. Birbirine karşı şiddet yoluyla dışsal olarak bu dengesizliği yaşarken, aynı zamanda bu şiddeti kendimizi kıracak şekilde içselleştiririz ve iç dengemizi engelleriz. Kadınların gücünden korkan erkekler, kutsal dişilin giriş yeri olan kendi kişisel kadınsı doğalarını derin bir şekilde onurlandırmaya son verirler. Erkeklerden korkan ve onlara kızgın olan kadınlar, kendi eril güçlerini yadsırlar. Bu, spiritüel güce içsel set yaratır. Şu şekilde devam eder:

"Bedenlerimiz tarafından aynalanan eril ve dişil enerjilerin ve dönüşüm için bedenlerin bir araya gelme şeklinin spiritüel bir amacı vardır. Kadınların açıklığının ve almalarının derin bir spiritüel yanı vardır ve erkeklerin açığa vurmalarının ve nüfuz etmelerinin de derin bir spiritüel yanı vardır. Bunun, dualarımızın ne kadar etkili olabileceği açısından ilgisi vardır.

Örnek olarak bir kadın tüm öfkesi nedeniyle eril yanını parçaladığında ve 'Hiçbir şekilde erkeklere veya erile artık güvenmeyeceğim.' dediğinde, birçok savunma ve korumalar oluşturur. Ancak sonra dua ettiğimizde ne olur?

Dua etme kapasitemizin yanında erilin parçalanmasının sonuçlarına bakılmaz. Duanın kaynağı kalpten gelmelidir. Ancak eğer erili enerji ve spiritüel olarak parçalıyorsam, o zaman bir dış hareket olan eril ilke de parçalanır. Duanın yeterince gücü olmayacaktır; gelişmesi önlenmiş bir şekilde ortaya çıkacaktır; ve eğer dişil yön zarar görürse, alma ve alıcı olma yeteneğim, duama cevabın da eşit derecede gelişmesi önlenecektir. Eğer erilim güçlü ise, o zaman dua gönderilebilir, ancak dişil yaralanmadan dolayı alma kabiliyetimin büyümesi engellenmiştir. Duanın gücünün nasıl azaldığını anlamayız... Dileğimizi canlandırmak için kendimizi inanılmaz bir şekilde engellemişizdir.

Şifa

Birey ve gezegensel bir topluluk olarak çıktığımız spiritüel yolculuk, kutsal dişilin yenilenmesini, bilincimize hükmeden yaraların iyileştirilmesini, birbirimize, kendimize ve yerküreye karşı alışılagelmiş davranışlarımızın ve bilincimizin iyileştirilmesini gerektirir ve içerir. Kadınlar için bu, bizi kendi baskı ve güçsüzlüğümüze nasıl katıldığımızın farkında olmadığımız bir halde tutan hissizleştirici ve köreltici kalıplardan kopmak ve devam eden ataerkil dünyanın bize ve diğerlerine ne yaptığını ve bizim nasıl suça dâhil olduğumuzu kabul etmek anlamına gelir. Verilen zararı giderek daha açık bir şekilde gördükçe, muazzam bir üzüntü ve öfke olacaktır, ancak onu kabul etmezsek yüzeyde kalmamız ve gölgelerimizle yaşamaya devam etmemiz muhtemeldir.

Larry'ye göre kadınlar için şifa sürecinin bir bölümü, duygusallıklarını ve cinselliklerini, bedenlerine ve yerkürenin bedenine özel bağlarını yeniden kazanmayı içerir.

"Eril dengesizlikten dolayı, kadınlar bedenlerine girdiklerinde ve şehvetlerini kullandıklarında, erkeklerin bunu sadece cinsellik sanacak-

larına ve kutsal olduğunu bilmeyeceklerine dair bir korku vardır ve erkekler, kutsalın bu hissinin canlı olmadığı birinci ve ikinci çakraları arasında sıkışıp kaldıkları için bu doğrudur. Kadınların bu korkuyu Salvermeleri ve bu kadar cinselleştirilmiş bir dünyada nasıl yaşayacaklarını göz önüne almaları gerekir. Eğer biz de aynı ikilik bilincinde sıkışıp kalırsak, Toprak Ana'ya yardımcı olacak hiçbir şey sunamayız.

Eğer kadınlar kutsal dişili yenilemek veya yerküreyi enerjik alanlarıyla iyileştirmek konusunda gerçekten samimi iseler, erkeklere karşı öfkelerinin bilincinde olmadan yaşayarak bunu yapamazlar. Benlikten binlerce yıllık kopukluktan dolayı, bu kadar zamandır eril dengesizlik tarafından oluşturulan yaralardan dolayı, kadınlar kendi içlerinde bölünmüşlerdir. Birçoğu kendi içlerindeki dişili parçalamıştır. Bu içselleştirilmiş baskıdır. Bunun sonuçları hiçbir zaman gerçekten incelenmemiştir.

Hücresel bilinçaltı seviyesinde kökleşmiş olanı salıvermek için kadınlar gerekeni yapmadıysa, bu kadınlarda kendini rahmin kapanmasıyla belli eder. Eğer bedeninizle iletişim halindeyseniz, fiziksel olarak bunun ne zaman olduğunu bilirsiniz.

Tekrar sağlığımıza ve eşitliğe kavuşmalıyız. Erkekler ve kadınlar eşittir, ancak farklıdır ve eril ve dişilin her ikisinin de dualarımız gibi spiritüel hayatımızın parçaları olduğunu anlamamız gerekir. Dişil olan benlikle, içsel dünyamızla bir ilişki geliştirmek için içsel hayatımıza dengeyi getirmeliyiz.

Eril dengesizlikten dolayı bir dış tanrıya sahibiz. Bundan dolayı kendi kutsallığımızdan ayrıyız. Temel yapısı düalite olan bir evrende doğduk. Düaliteyi kabul ettik ve daha ileri kutuplaşmaya doğru gittik. Benlikle ilişkimizi nasıl geri kazanırız? Kendi kutsallığımızla ilişkimizi nasıl geri kazanırız?

Kehanetler dengesizliklerin durması için, bu büyük değişim zamanında sarkacın ortada durması için yüksek bir potansiyel olduğunu söyler. Bunu nasıl yaparız? Ortada durması için gereken nedir? Erili yok etmeye çalışmayan bir şekilde kutsal dişili hatırlamamız ve ona saygı duymamız gerekir. Spiritüel bir yolculuk yaparken ne yapmamız ve nasıl yapmamız gerektiğini çözmemiz gerekir."

Kadınlar ve Tören

Aleut da dâhil olmak üzere, yerli spiritüel geleneklerin birçoğunda tören, denge ve sağlığı eski haline getirmek, spiritüel güçle bireyleri ve topluluğu etkinleştirmek ve hizaya sokmak için kullanılır. Ve törendeki kadınlar için sadece bireysel olarak iyileşmelerine dair değil, aynı zamanda kutsal dişilin enerji matrisini etkinleştirmelerine ve benötesi bağlamda mevcut olabileceği şekilde onu dışa yansıtmak yoluyla dünyaya yeni bir şeyler getirmelerine dair eşsiz bir olasılık vardır.

Larry için kutsal dişilin nasıl etkinleştirileceğine dair bu anlayış, kendi topluluğunun bütüncül bir yönüydü. Larry, kadınların törende toplandıklarını ve 'dışarıdaki' rahmi etkinleştirme yoluyla yaratıcı sürece katıldıklarını söyler. Onun geleneklerinde ayrıca bu etkinleştirmenin temelde, rahim matrisini, yani dünyaya yeni bir şeyler getirmek için yaratıcı gücü içerenin kadınların enerji yapıları olmasından dolayı, kadınların işi olduğu da kabul edilirdi.

Dünyamızın ve dünyevi yapılarımızın yıkımını ve yozlaşmasını incelediğimizde, yeni bir şeylerin doğmasına olan kolektif ihtiyaç aşikârdır. Larry şöyle söyler:

"Eğer yeni bir şey yaratmazsak, sadece şu anda sahip olduğumuz aynı yapının kopyasını yaparız ve kadınların yarattığı o kutsal taşıyıcıdan gelmediği sürece yeni hiçbir şey var edilemez. Yeni hiçbir şey olmaz. Diğer bir ifadeyle, bunun dışında yaptığımız her şey, eski paradigmaları sürdürecektir."

Kadınlar kolektif dönüşüme hizmet etmek için güçlerini kullanmak için bu zorluk ve sorumluluğa nasıl yaklaşırlar? Günümüzdeki kadınlar bu şekilde bir araya gelebilirler mi? Bireyler olarak yeterince güçlü müyüz, yeterince iyileştik mi? Larry, kadınların bireysel şifaya ihtiyaç duyarken, bunun onları kolektif olarak yeniden doğum için çalışmaktan alıkoymaması gerektiğini açıklar:

"Kadınlar, tören ve daha büyük evrimsel şifa bakımından, kendi kutsallıklarının ve merkezlerinin farkında olmadan ve ona saygı duymadan daha büyük resme ulaşamazlar. Tören vasıtasıyla kadınlar kutsal güçlerini dışarı çıkarır. Ancak birçok kadın için kutsal güçleri rahimde anneden çocuğa geçen geçmiş deneyimlerle, eski yaralarla, hislerle, duygularla sarılıdır. Kadınlar kendi kişisel yaraları ile birlikte dişil yaralanmaların tüm soyunu taşır. Bir kadının tüm gücü iyileştiğinde, bir kadın, bedeninin tüm hücrelerinde sevgiyi barındırdığında ve sevgi haline geldi-ğinde ortaya çıkar. Kadınlar kendi şifa çalışmalarını yapmalıdır, ancak bu daha büyük dönüşüm için törene katılmadan önce mükemmeliyeti beklemeleri gerekmez. Çoğu kadın için en büyük güç gruplardan elde edilir. Kadınların kendi şifa çalışmalarını yapmalarına rağmen bir araya gelmeye gerek duyulmasının nedeni budur.

Bir kadının bu diğer çalışma seviyesi ile meşgul olacak kadar güçlü hale gelmesinin alt sınırı bir gizemdir. Kadınlar şifa çalışmaları ile aynı zamanda tören yapmalıdırlar, çünkü hiç kimse sınırın ne olduğunu bilmez ve tören, bir şifa deneyimi olacaktır. Düzgün bir şekilde yapılan törende iyileşme hemen meydana gelebilir. Bir kişi bir mikrosaniyede iyileşebilir. Tören bir kas gibidir törende ne kadar çok kadın olursa, kutsal benlikleriyle o kadar çok temasta bulunurlar ve o kadar güçlü hale gelirler.

Hiçbir yargı olmadan açık kalpleri olan insanların gücü çok büyüktür. Gruba girmeye hazırlığın bir parçası olarak yargıyı askıya almamız gerekir. Alan beş dakikada yaratılabilir veya hiçbir zaman yaratılamayabilir. Günler sürebilir veya hiçbir zaman olmayabilir. Yargılayamazsınız ve bilemezsiniz.

Törenin nasıl işlediğini anlayan kadınlar vardır ve bunun bir parçası niyettir. Niyetle birlikte gelirler. Niyet, bedenin hücresel seviyesinde oluşturulur. Beden bilir. Kalp, hücresel seviyede bilir. Kim olduğumuzun her bir parçasından gelen enerjik bir ifadedir. Aynı anda hem çalışan hem birleştiren bedendeki doğuştan gelen zekâyı bilmekten, hissetmekten, algılamaktan gelir ve yön sağlayan dönüştürücü, kalptir.

Bu çoğu insanın fark ettiğinden çok daha derin bir şeydir. Bilen kadınlar sadece bilgi taşımazlar. Çalışmanın en önemli yönünün görün-

mediğini bilirler. Biliş, bedenlerimiz vasıtasıyla titreşimsel olarak ifade edilen büyük gizem alanından gelir.

Bu, sıradan kadınların bunu yapamayacağı anlamına gelmez. Şekli olmadığından dolayı, olabilmesinin veya olamamasının bir sebebi yoktur...

O noktaya ulaşmak için çalışmanın bir kısmı, hepimizin bunu yapabileceğini anlamamızdır. Bu sizin kim olduğunuzdur! Eğer yaralı bir kişinin kutsal dişilin gücüne erişemeyeceğini varsayarsak, onun meydana gelmesini imkânsızlaştırırız.

Şekilsiz olan, sürece inanmakla birlikte kalpten anında meydana gelen dışavurum ile ilgilidir. Yeni olmasının nedeni budur! Kendini sürekli tekrar eden ve zamanla daha kötüye giden kopuk bir bilinçten yaratılan bu dünyadaki diğer her şey, ataerkillik aşılananlar tarafından yaratılmıştır. En parlak kişiler bile dünyadaki bu sorunları çözemez, çünkü kutsal rahme erişimleri yoktur. Sadece bu kutsal rahimden yeni bir şey doğabilir, çünkü bu en yüksek bilinçten gelir. Bedeninde buna sahip olan her bir kadının yol gösterecek olmasının nedeni budur."

Törenin Unsurları

Tören geçmişe dair bir şey değildir veya yerli spiritüel sistemlere inisiye edilenlerle sınırlı değildir. Dünya çapında kadınlar bireysel ve kolektif olarak yeniden doğum için bir araya gelmeye yönelik olarak bu eski yolu hatırlayabilirler. Bu, zihin yoluyla öğrenme ihtiyacından ziyade bir hatırlamadır. Ve Larry'nin söylediği üzere, tören uygulama yaptıkça gelişen bir kas gibidir.

Ancak törenle yakından ilgilenmeye başladıkça tören alanını güçlendirecek ve ilham verecek bazı ana esaslar ve bazı öneriler vardır. Geliştirebileceğimiz bazı tutumlar ve hem içimizin derinliklerinde, hem benliklerimizin ötesinde güvenilebilecek unsurlar vardır. Larry, özellikle kendimizin iyileşmesine yönelik çalışırken ve bunu umarken akılda tutulması gereken ilk şeyin, ya-

ralarımızın kendisinin grubun bir parçası olacağının bilinmesi gerektiğini söyler:

"Kadınlar tören için geldiklerinde ve dişilin iyileşmesini istediklerinde ne olur? Kadınlar tarafından yara olarak gruba taşınan ne varsa, istesek de istemesek de, bilsek de bilmesek de törenin bir parçası haline gelir. Bunun farkına varmak gerçekten önemlidir.

Kendi gerçekliğimizi yaratırız. Bu yüzden iyileşme işleminde hangi tören olursa olsun soru şu hale gelir biz ne yapıyoruz? Uzaklaşmak istediğimiz şeyden dolayı mı tören yapıyoruz? Veya neye doğru ilerlemek istiyoruz? Bu, gerçekliği yaratır.

Eğer eril dengesizliğin şifalanmasına odaklanırsak, ona katkıda bulunuruz. Ancak eğer yeni bir şeyler yaratma çevresinde tören düzenlersek, o zaman yeni bir şeyler yaratırız. Bu, kendi kalplerimizin özgün işlemi çevresinde tören düzenlemek demektir."

Larry, kalbin özgün süreçleri çevresinde tören düzenlemenin inanç gücünü de kapsadığını söyler:

"Yardım etmek için orada o kadar fazla enerji vardır, ama boşluğa ihtiyacımız vardır ve boşluk inançtır. Kendi özgün varlığınıza inanın. Ancak ona güvenmek için ona erişmeniz gerekir bedeninize ve varlığınıza ulaşın ve güvenin. Bedene inanmak çok basittir ve dişildir. Beden dişildir. O toprak anadır. İçsel olarak bedene güvenin, o zaman dışsal olarak da güvenirsiniz Toprak Ana, insanlar, erkekler, tüm hepsi devreye girmelidir. Bu inanç, yaptığımız her şeye güç verir. Kim olduğumuzdaki ve var olan her şeye bağlılığımızdaki güçtür. Eğer kendimin bir yönüne güvenmezsem, diğerlerine de güvenmem. Eğer sezgilerime güvenmezsem, karşıma çıkan şeylere güvenemem. O inancın gücü, sadece mevcut anda kalpten gelir. Başka bir yerde meydana gelmez."

Birçok çağdaş kadın için tören yapan kadın fikri sezgisel algı yaratmayabilir. Ve yine de, çeşitli grup ve oluşumlarda giderek daha çok kadın bir araya gelmektedir, ne yaptıklarını veya neden yaptıklarını pek bilmeseler de, içlerinden gelen derin bir çağrıya karşılık vermektedirler.

Tören için grup düzenlemek eğitim, hatta ne yaptığımıza dair bir algı dahi gerektirmez. Aslında, bilmemek çok önemlidir.

Törende yolumuzu düşünemeyiz. Nihayetinde tören gizem için bir vasıta, insanlar için yaratıcı boşlukta ruhla uyum sağlamanın bir yoludur. Ancak Larry'nin söylediği üzere, bu şekilsiz alanı korumak için ve onu yarattıkça bizi yönlendirecek geleneksel olarak kanıtlanmış yollar vardır.

"Boşlukta var olabilmelisiniz. Asıl talimatlar bize nasıl temizleyip arındıracağımızı, nasıl yardım isteyeceğimizi ve yardımın geleceğine nasıl inanacağımızı anlatır. Törenden önce arınmanız, temizlenmeniz ve ruhla uyum içerisinde bir niyet belirlemeniz gerekir. Niyetin ruhla uyum içerisinde olduğunu nasıl anlarsınız? Bu her zaman kolay değildir, ancak arınırsanız, meditasyon yaparsanız ve dua ederseniz, o zaman bir şeyler anlaşılacaktır.

Temizlenme, arınma, yardım isteme çok önemlidir. Zihinlerimizde ne yapmamız gerektiğini bilecek bilgeliğe sahip değiliz! Bu, kadınların kutsal gücünün bir bölümüdür eğer sadece onu örten yüzeydeki maddeleri temizlerseniz, erkeklerin yapabildiğinden daha kolay bir şekilde o gizemi kullanabilirsiniz. Gerçekten inanç ve güven gerektirmez ve zihinsel bir şey değildir. Temel kılavuz, kişinin kalbindeki derin hislerdir.

Tören geleneksel olarak bu hazırlanmayı ve temizlenmeyi, ruhla uyum içerisinde bir niyet belirlemeyi, kutsal alanı arındırmayı ve temizlemeyi, kutsal bir ateşin yanında sunak için adakları hazırlamayı içerir. Eğer ateşiniz yoksa bir mum da aynı işlevi görür. Nesneler ve adaklar niyeti demirleyecektir ve üyelerin odaklanmasına yardımcı olacaktır.

Arınma, temizlenme ve niyetin belirlenmesi, sizi alıcı bir duruma sokar. Sonrasında ne söyleyeceğinizi, ne adayacağınızı ve ne için dua edeceğinizi bilirsiniz. Bu bir gizemdir. Kendiliğinden gelir. Bu şekilde geldiğinde, ruhla uyum içerisindedir.

Sonra tören başlamadan önce niyet ve duayla kutsal rahmi oluşturun. Törene şarkı söyleyerek, zikirle ve dua ederek başlayın. En son kapanışta teşekkür edin ve dua edin.

Bunlar esas temellerdir. Tören alanını korurlar, böylece yapılan ve yaşanan şeyler ruhla uyum içerisinde olur. Tören tamamen, bütünüyle, bütün yönleriyle yaratıcı bir eylemdir."

Arındırma, hazırlanma, niyet belirleme, adak adama ve dua, törenin geleneksel yönleridir ve herhangi bir güçlü törensel alanda mevcut olması olasıdır. Ancak Larry törende olmanın yeni yollarına da açık olmamız gerektiğini açıklar:

"Yeni bir bilinç seviyesine geçiş aşamasında olduğumuzu hatırlayın. Yeniye öncülük ediyoruz. Kademeli olarak yeni için faydalı olmayan şeyler bir kenara konuluyor. Törenler daha önceden yapılanlara göre yeni ve farklı bir şekilde yapılmaya başlanacaktır. Asıl talimatlar yeni bir şeyler yaratmak için tören düzenlememize yardımcı olabilir."

Törenin özünde, biçimlerin veya yapıların ötesinde, törensel alana güvenmek ve diğerleri hakkındaki yargılardan alanı temiz tutmak için kalp ve kalbin güçleri vardır.

Larry 'niyet, inanç ve açık kalbin' törenin kutsal alanını yaratmaya yardımcı olduğunu söyler. Gruptaki kişilerle diyaloga girmemekten gelen dinleme de aynı şekilde yardımcıdır. Tören, sadece dinlemek ve söyleneni muhafaza etmek yerine, insanların ileri geri konuştuğu, analiz ettiği, tavsiye verdiği veya fikirlerini dayattığı bir 'karşılıklı konuşma' yeri değildir. Törende bir yetkili olmadığını söyler. 'Herkes eşit ölçüde değerlidir ve eşit derecede önemli katkı sağlar. Tek bir cevap yoktur, ama herkes kendine göre gelişir ve iyileşir.'

Dünya çapında giderek daha çok kadın gruplarla bir araya gelmektedir, Larry'nin tarif ettiği bu eski ve yaratıcı sürecin bir parçası olma özlemiyle yönlendirilmektedirler. Her ne kadar ille de yerli kültürden gelmeseler de, farklı altyapılardan gelen birçok kadın, kadınlar olarak bireysel ve kolektif iyileşmeye katılma ihtiyacına karşılık vermektedirler, dışarıda bir rahim oluşturmak için kadınsı güçlerini dışa yansıtmayı öğrenmektedirler. Yeni Zelanda'dan bir kadın, katıldığı ilk törensel grupta olmanın nasıl olduğunu açıklar. Bu grup aylık olarak buluşmaktadır ve paylaşım ve dinleme olmaktadır, karşılıklı konuşma yoktur, sessiz meditasyon ve dua için zaman ayırmaktadırlar:

"Ben bir atölye veya grup adamı değilim ve birçok kelime veya kurallarla belirlenmiş ritüeller çerçevesinde huzursuz olabilirim, kafam

karışabilir ve kolaylıkla bunalabilirim. Ayrıca eğer etrafta 'bilen' ve belirgin bir şekilde yöneten bir lider varsa, çok kolaylıkla memnun etmeye çalışan 'iyi kız' (veya asi!) haline girebilirim. Bu özel kadın grubuna bağlandım, çünkü sessizlikten ve bilinmeyenden kaynaklanıyor ve hiç hiyerarşik değil. Diğer kadınlarla birlikte çok boş bir alan gibi hissedilenle birlikte, kendimi hem kendi varlığımdan gelen, hem de diğer kadınların özlerinden ortaya çıkanları gerçekten dinlemek için özgür olduğumu hissediyorum. Bu derin bir şekilde saygılı ve alıcı dinleme alanında, beni sabırlı bir şekilde beklemeye davet eden bir inanç ortaya çıkıyor ve çok uzun zamandır gömülü olsalar da dişi varlığımda yattığını bildiğim güçler ve nitelikleri hatırlama meydana geliyor."

Kuzey Kaliforniya'da bir gruptaki diğer bir kadın şöyle söylüyor:

"Diğer kadınlarla bir araya gelmek, herhangi bir tavsiye almadan veya analiz edilmeden sadece deneyimlerimi paylaşmak, dinlemek, oturmak gizli dişilin kendimde ve yaşamda nasıl çalıştığına dair daha derin bir anlayış kazanmama yardımcı oluyor. O zaman, geldiğinde onu fark edebiliyor ve ona saygı duyabiliyorum, var olması için daha fazla boşluk yaratabiliyorum ve hayat verebiliyorum."

Kişisel iyileşme ve topluluğun iyileşmesi uğruna bir törende olmak, kutsal olana saygı duymak ve yerkürenin yenilenmesi, spiritüel bir armağandır ve aynı zamanda çoğu kadının unuttuğu bir sorumluluktur. Ve yine de, sadece kendimiz için değil, aynı zamanda içinde bulunduğumuz zamana, kadınların unutmasından ve ataerkil kültüre bilinçsizce kendilerini vermelerinden dolayı açık bir şekilde acı çeken zamanlara hizmet etmek için hatırlamamız gereken bir çalışmadır.

Ve erkekler bu büyük küresel geçiş zamanında katılmalarına ihtiyaç duyulan her şeye katılmaları için kendi yollarını bulmaları gerekirken, kadınlar törene bir vasıta olarak ihtiyaç duyan belirli bir sorumluluğa sahiptirler. Kendi enerji yapıları yoluyla, tüm evren de dâhil olmak üzere yaşamın tüm seviyelerini iyileştirecek ve onlara enerji verecek bir şekilde kutsal dişilin gücüyle

birlikte çalışmak, kadınların işidir. Larry bu özel çalışmayı erkeklerin yapamayacağını söyler:

"Kadınlar, yaratıma ve yaratıcılığa dair o kutsal alana içlerinde sahiptirler. Enerjik olarak rahim, evrenin rahmi ile aynıdır. Dolayısıyla evrenle uyum içerisinde olan yeni olan her şey daima kadınlar tarafından yaratılmıştır. Kadınlar rahmin enerjik alanını dışarıda oluşturmaya yardım eder. Törenin amacı budur. O yere erişmek ve görünürde onu fiziksel dünyaya yerleştirmektir. Bu, törende yapılmalıdır. Her zaman bu şekilde yapılmıştır."

Her Zaman Bir 'Teşekkür'

İyileşme veya dönüşüm için törende çalışma konusuna yaklaşımda unutulmaması gereken en önemli şeylerden biri, Larry'nin söylediği üzere yaraları oluşturan geçmiş yaralarda veya geçmiş paradigmada köklenemeyeceğimizdir. Gerçekten yeni bir şeylerin oluşabileceği gizem alanında, ruhun mevcut olabileceği bir alanda olmanın yollarını bulmamız gerekir. Ve bunu yaralarımızı yadsıyarak değil, onları merkezde olmayacak şekilde kendimizle taşıyarak yapmamız gerekir. Açık ve boş bir merkez vasıtasıyla arzular veya geçici çözümlerle kaplanmamış halde yaratıcı boşluğun gücü işini görür. Sandra Ingerman şöyle açıklar:

Gezegensel değişimlere bakın. Tüm seller, hortumlar, yangınlar ve depremler gezegenin büyük bölümünü hizaya getiriyor sadece tecrit edilmiş alanları değil. Kitlesel seviyede parçalanma görüyoruz. Süreçte acele etmeden yeni yaratıma geçmek için öngörülere, rüyalara, derin sezgisel bilişe ve zamana izin verebilir miyiz?

Sandra hiçbir şeyde acele etmemeyi önerir ve Larry inancı vurgular. Sabır ve güven bir şeyin olması için alanı korur. Yaratıcı alanın gücüyle çalışmak, her zaman bizi açık ve alıcı tutacak olan tutumları bünyemizde bulundurmak demektir. Eğer bir sorunu çözmek için soruna önceden belirlenmiş bir düşünceyle yaklaşırsak, çoktan kendimizi kapatmışızdır. Alıcılık, güven, al-

çakgönüllülük, saygı ve şükran gibi tutumlar, yeni için vasıtalar ve geçitler yaratan ardı arkası kesilmeyen güçler gibi hareket ederler.

Larry, Yerli Amerikalılar'ın değişim sağlamak için şükran ve tam bir güvene nasıl izin verdiklerine dair bir hikâye anlatır:

"Büyük bir kuraklık yıllarca süren bir kuraklık zamanında güneybatıda bir çöldeydim. Bir törende bir büyücü doktorla karşılaştım. Dualar ediyordu. Birkaç saat boyunca onu izledim ve sonra yağmur yağmaya başladı. Ona yağmur için dua edip etmediğini sordum. Bana şöyle cevap verdi: 'Hayır, yağmur için şükrediyordum.'

İlk Yerli Amerikalılar'ın duaları, insanlığa verilen özgün talimatları izler. Dualar her zaman şükran dualarıdır. 'Şifa için teşekkür ederim.' 'Nimetlerin için teşekkür ederim.' Her zaman bir 'teşekkürdür.' Duada her zaman bir güven, hücresel seviyede gömülü olan bir inanç vardır. Tek bir şüphe izi fiziksel, spiritüel veya duygusal şüphe yoktur. Duanın en yüksek güce ulaştığı zaman budur."

En kötüsünden korktuğumuzda nasıl güvenebiliriz? Kayıp ve yoksunlukla vurulduğumuzda nasıl şükredebiliriz? Olayların değişmesi gerektiğine karar vermeksizin olayların farklı olmasına dair büyük ihtiyacı nasıl kabul ederiz? Bunlar çelişkinin kendisinin bizi değişimin gizemine açık tutttuğu bir şekilde, bir arada tutulduğu dönüşümün çelişkileridir. Sandra Ingerman kendi hayatında şüphe ve korku dolu bir alanı bırakmak ve alternatif bir şekilde yaşamak için nasıl çabaladığının çok basit bir örneğini açıklar:

"Hepimizin dünya ve gelecek günlerle ilgili korkuya kapılan bir egosal tarafı vardır. Uzun yıllar önce, güneybatıdaki kuraklık ile ilgili ulusal kanalda özel bir haber izledim. İnanılmaz korku durumuna geçtim. Yerküreyle bağlantı kurmanın ve vizyon görmenin bir yolu olan şamanik yolculukla çalışıyorum. Bir şamanik deneyim sırasında, yardımcı ruhumla birlikte bu kuraklık konusunu ortaya attım ve bana şöyle söyledi: 'Eğer gerçekten suyun olmayacağına inanırsan, yaratılacak olan şey budur.' Temelde benimle paylaştığı şey, enerjimizi neye verirsek, yarat-

tığımız şeyin o olacağı idi. Bu önemli bir dersti. Bu korkunç korkudan sıyrılabildim ve çok farklı bir alternatifi kabul edebildim."

Kaosu ve zamanın inanılmaz belirsizliklerini hissedip şüphe etmeden veya korkmadan kalabilmek ve bunun yerine şükran ve güven gibi aslen yaratıcı olan enerjilere bağlanabilmek kolay değil. Belki de bu özellikle, inancın canlı ve mevcut olduğu kalplerinden ve bedenlerinden çok kopuk olan kadınlar için geçerlidir. Ancak tekrar bu inanca kavuşabiliriz. Larry şöyle söyler:

"Ne kadar az analiz edersek, o kadar çok inanırız. Bu bir kastır. Ne kadar çok pratik yaparsak, o kadar güçlenir. Tören, tamamen enerjiyi hareket ettirmekle ilgilidir ve kalp en yüksek dönüştürücüdür. Hepimizin bir kalbi var. Bizler guruyuz. Bizler seçilmişleriz.

Her şey yoğunlaşıyor bu yaşamlarımızda özel bir fırsat. Hopiler nehir kenarlarının yanlarını terk edin derler. Merkeze gidin ve aynı şeyi yapmış olanları bulun ve kutlayın."

Büyük bir huzursuzluk zamanında kutlama yapabilir miyiz? Neyin yanlış gittiğine dair korkularımızdan, öfkemizden, kızgınlığımızdan bir kenara çekilebilir ve yeni bir şeyin neşesi için açık bir boşluk bırakabilir miyiz?

Bu yeteneğin kadınlarda bu kitaptaki diğer birçokları gibi doğurma vasıtasıyla kendiliğinden yaşandığını görürüz. Çocuklarımız için kişisel umutlarımıza, beklentilerimize, kendi ihtiyaçlarımıza rağmen, her zaman tamamen eşsiz bir şey doğururuz. Ve eğer şanslıysak, koşulsuz sevgimiz bizi bu kendi ihtiyaçları ile büyüyen yeni varlığa uyum sağlamamızı sağlar, feragat ettikçe ve besledikçe bizi cesaretlendirir ve destekler, bu yeni yaşam biçimine verir ve hizmet eder.

Yaşamın yenilenmesi için bu şablon, bedenlerimizde ve kalplerimizdedir ve onunla ilgilenmek bizim sorumluluğumuzdadır. Bu kayıp bir güçtür, iyileşme ve değişmeye dair daha az güçlü fikirler ve imgeler arkasında kaybolmasına izin verdiğimiz büyük bir hazinedir. İçimizdeki biçimsiz olana ve canlı olana dönebilir miyiz, kutsala dönebilir miyiz? Zihnimizi bir kenara bırakıp çok daha harika ve gizemli bir şeye inanabilir miyiz? Gerçek-

ten özlediğimiz şekilde yaşayabilir miyiz yaşamlarımızın dolgularından özgür olarak, azıcık bir tadına baksak bile sonsuza kadar müteşekkir kalacağımız o kadar büyük ve o kadar bilinmeyen bir şeyin bir parçası olmamız için bizi çağıran, kendini yeni baştan doğuran evrenin alanında özgür olarak yaşayabilir miyiz? Törene ve törende onurlandırdığımız yaşam döngüsüne geri dönebilir miyiz? Larry'nin ifadesiyle:

"Hangi yönde veya nasıl yapılacağına dair endişe etmeyin. Nehir nereye akacağını biliyor. Anda olun, kalbinizde olun, zihninizdeki her şeyi askıya alın ve inanın. Bu sizi tekrar döngüye yönlendirecektir..."

Bölüm X

Yaşamın Kutsallığı

"Sweet Medicine'ın dünyası iyidir.
Sweet Medicine'ın dünyası tamamlanmıştır.
Sweet Medicine'ın dünyası ebedi yolları takip eder.
Sweet Medicine'ın dünyası yıkanmıştır ve akar."

(Cheyenne Song)

Yaşamın kutsallığını fark ettiğimizde önemli bir şey olur. İçimizdeki kutsal, yaşamdaki kutsalla iletişim kurmaya başlar. İster bir tiki, bir taş, başka bir insan veya bir kuş olsun başka bir varlıktaki kutsallığı fark ettiğimizde, ebedi ışığımız uzanır ve diğerinin gizli ışığını ateşe verir. Yaşamın kutsallığını bilmek her şeyi değiştirir. Başkalarına, kendinize, dünya üzerindeki her şeye nasıl davrandığınızı değiştirir. Yaşamdan ne istediğinizi ve yaşama nasıl verdiğinizi değiştirir. Ne gördüğünüzü ve nasıl gördüğünüzü değiştirir. Bilincinizi ve bedeninizi de değiştirir. Bu dünya' da nasıl yaşadığınızla ilgili her şeyi değiştirir.

Dönüştürme gücü muazzamdır. Yaşamın ne kadar ilahi olduğunun farkında' lığı, var olan her insan yapımı yapıyı ve kişinin sahip olduğu her koşullandırılmış inancı tehdit eder. Rekabeti gereksiz hale getirebilir ve çıkarcılığın saçmalığını ortaya çıkarabilir. Kötüye karşı iyinin veya şuna karşı bunun seçilmesini çürütür ve sizi her şeye ait olan yaşamın tek özüne taşır.

Yaşamın kutsallığını fark etmek, bu kitapta anlatılan tüm güçler için bir maymuncuk gibidir. Yaşamın kutsal olduğuna dair bu temel farkındalık olmaksızın diğer güçler azalabilir veya tamamen anlamsız hale gelebilir ve onunla birlikte tüm diğer güç-

ler en yüksek potansiyellerine ulaşırlar. Örnek olarak özlemimizin bizi ilişkilere ve yaşamda bazı durumlara çekmesine izin verebiliriz, ama o durumlara ait derslerin ruhla ilgisi olduğu halleri kalben kabul edemediğimiz takdirde, yüzeysel arzularımızla başa döner dururuz. Eğer bir topluluk yaratırsak ve tek bir kişinin bile özgün katkısını reddedersek, sadece bir klişe yaratırız. Eğer yerkürenin kaynakları ve enerjileriyle onun yaşayan kutsallığına hizmet etmeyecek bir şekilde çalışırsak, sadece nesnelleştirilmesini devam ettiririz. Birçok şey yaratabiliriz, ancak eğer kutsalın bizimle birlikte yaratmasına alan oluşturmazsak, sadece yaşamın amaçlarına ekleme yaparız.

Güzellik ve yaşamın kutsallığı o kadar iç içe geçmiştir ki, birinin veya bir şeyin güzelliğini gördüğümüz zaman, bunun ilahi nitelikte olduğunu biliriz. Ve elbette başkalarını beslediğimizde veya beslendiğimizi hissettiğimizde, eğer bizi besleyen kutsalın kendisi değilse, bu sadece geçici bir yatıştırmadır.

Yaşamın kutsallığını deneyimlemek, önyargıdan özgür olduğumuz ve kişisel arzularımızın dünyamızdaki merkezi yerini kaybettiği, gerçek doğamızın bilgeliğin deneyimini sindirebileceği ve olduğu haliyle kabul edebileceği yer olan kalpte ve kalp vasıtasıyla meydana gelir. Kalbin bu sürecinde rastgele veya kötü – acı dolu veya gereksiz görünen deneyimlerdeki anlamı görürüz. Yaşamın kutsallığını kabul etmek zorluğu yok etmez, ama anlamını açığa çıkarır ve katlanılması zor olan şeye ışık tutar. Ne de olsa yaşamın kutsallığı bütündür; bu gücü etkinleştirdiğimizde olayların nasıl olduğunu hem kabul ederiz, hem de olayların nasıl değişebileceğine uyum sağlarız kutsallığın büyük çelişkisi budur. Bu temel güç, ne olacağını yaratmaya dair hazırlıkta ne olduğu ile ve ne olmuş olduğu ile doğru bir ilişki kurmamızı sağlar. Bu anlık zamanda ebedi olanı bilmek ve onu temsil etmek bizim seçimimizdir. Yaşamı kutsal olarak görmek, sahip olabileceğiniz en güçlü deneyimlerden biridir ve insan bilincine özgüdür. Köpekler, bitkiler, bulutlar, çimen, bunların hepsi kutsaldır, ancak kutsallıklarını bilmek için özyargılayıcı bilinçleri yoktur. Ger-

çek olanı bilmek ve ona hizmet etmek amacı, insanlık için bir armağandır, burada bizimle birliktedir. Bu, yaşayan her spiritüel geleneğin bizi yönlendirdiği gibi, ilahi olan için bir vasıta haline nasıl geldiğimizdir, çünkü her şeyin kutsal olduğuna dair gerçeği görürüz, hissederiz, biliriz ve yansıtırız.

Ancak ilahi olanı ya tamamen görmezden gelen ya da yerkürenin ötesinde bir cennete yerleştiren ataerkil bir dünyada, ilahi olanın mevcudiyetini kabul etmek kolay değildir. Ve bu vizyonun anlık bir görüşünü yakaladıktan sonra bunu yaşamak buna sadık kalmak ve saygı duymak çok az kişinin gerçekten bilmek isteyeceği çok fazla cesaret ve azim gerektirir. Sürekli olarak bizi bu basit ama önemli görevden başka tarafa çekmeye çalışan bir dünyada kendimiz olmamızı gerektirir. Her göreve önceden belirlenmiş bir gündem taşıyanları ödüllendiren bir dünyada, gizemli bir şeyle uyum içerisinde yaşamamızı gerektirir. Nefret ve şiddeti çok daha kolaymış gibi gösteren bir dünyada sevmemizi gerektirir. Rekabetten, egemenlik sınırlarımızdan ve tüm varlıkların emredildikleri üzere ilahi olduklarına dair temel gerçeğe saygı duyarak yaşadıklarına dair anlayışımızı zayıflatan toplumun tüm yapılarından kurtulmamızı gerektirir.

Yaşamın kutsallığı, İlahi Dişil'nin alanıdır. Yaratımda olan Tanrı'nın deneyimidir, yaşamın kutsallığının bilinmesidir. İlahinin bu yönü yaşanmaksızın, her zaman bakışlarımızı çevirir ve bakışlarımızı çevirdiğimizde görmeyiz, saygı duyamayız ve bu dünyada mevcut olanı ve mümkün olanı esasen reddederiz.

Bu kaçınma ve inkâr o kadar yaygındır ki, tüm yaşam bundan dolayı muazzam derecede acı çekmiştir. Ve görmezden geldiğimize başvurmak ve unuttuklarımızı hatırlamak için hepimizin sorumlulukları varken, konu ilahi olanın dünya üzerindeki mevcudiyetine, yaşamın kutsallığının burada bizimle olduğuna geldiğinde, kadınların özel bir sorumluluğu vardır. Ne de olsa, bu Tanrı'nın dişil boyutudur.

Kadınların bedenlerinde ve enerji sistemlerinde, yeni bir şeyin doğması için spiritüel ışığın yaratılmasına izin veren ve ya-

şam yaratan, bu kitaptaki farklı kişiler tarafından farklı şekillerde anlatılan bir güç vardır. Bir çocuğun ruhu rahme girerken, her gün milyonlarca kadında olur; yeni bir şeyi doğurmak için rahimlerini dışarıya koyan törendeki kadınlar için Aleut halkının dediği üzere bu olabilir; kadınlar bilinçli olarak kutsallığın farkındalığı ile dünya üzerindeki yaşamla ilişki kurduklarında bu olabilir. Bu, evren vasıtasıyla kendini ifşa eden ilahinin eşsiz amacına hizmet eden kadınların özel bir yeteneğidir.

Kutsallık ve Spiritüel Arayış

Birçok spiritüel yolda gösterildiği üzere yaşamın kutsallığının farkında' lığı, genellikle yıllarca arayıştan sonra 'aydınlanmış' bireyler tarafından kullanılabilir hale gelir. Çile içinde geçen inkâr yıllarından sonra, basit bir portakalı mutlulukla yiyen Buda'yı hatırlayın. Yıllarca süren uygulamadan sonra, sonunda içgüdüsel doğası ile uyum içerisinde olan ve öküzle simgelenen bir biniciyi gösteren sığır sürüsü resimlerinin son aşamasında olduğu üzere, Zen neticede bizi birliğe ulaştırır. 14.yüzyıl Sufi şairlerinden Hafız tarafından yazılan 'Artık Gitmek Yok (No Mo re Leaving)' başlıklı şiiri düşünün:

"Bir noktada Tanrı ile İlişkin Şuna benzeyecektir:

O'nun la ormanda bir sonraki karşılaşmanda
Veya kalabalık bir caddede
Artık daha fazla
'Gitme' olmayacaktır.
Yani, Tanrı cebine T[illegible]manacak' tır. Basitçe Kendini Beraberinde götüreceksin!"

Spiritüel aydınlanmanın bu geleneksel modeli zaman alır. Hafız 'Bir noktada...' der. Bize oldukça aşina olan bu yaygın model, yine de düşündüğümüz kadar evrensel değildir. Öncelikli olarak sıradan yaşamı geride bırakmış, cinselliklerini dönüştür-

müş ve her günün ışıldayan güzelliğine saygı ve hayranlıkla dönmeden önce içgüdüsel güçlerinin 'efsanevi ejderhasını katletmiş' erkekler tarafından yüzyıllar boyunca ifade edilen ve yaşanan eril bir modeldir.

Ancak bu kitabın vurguladığı üzere, insanlık için tehlikeli olan ve özellikle ne cinselliklerini inkâr etmeye veya denetim altına almaya ihtiyaç duyan, ne de sıradan hayattan ve sevgilerine ve beslemelerine dayanan çocuklardan ve topluluktan kendilerini ayrı tutmaya gücü yeten kadınlar için tehlikeli olan tek modeldir. Aslında cinsellik yoluyla enerji yapılarımızdaki kutsal olan, Larry Merculieff ve Llewellyn Vaughan Lee'nin daha önceki bölümlerde anlattığı üzere, diğerleri tarafından kullanılabilir hale gelir. Birçok kadın için yaşamın kutsallığını bilmenin etkilerinin ve gücünün, genellikle sadece nasıl yaşadığımızın parçaları olduğunu hatırlamak yardımcı olacaktır. Doğumun bir mucize olmadığı, yeni doğan çocuğun ilahi olmadığı çoğu annenin aklına gelmez. Sevgililerinin ve eşlerinin kutsal olmadığı, cinsel doğalarının kutsal olmadığı veya evlerinin, yerkürenin bir sevgi ve dönüşüm yeri olarak saygı duyulması gerekmediği birçok kadının aklına gelmez.Bunları tehlikeli bir sırmış gibi saklı tuttuğumuz halde, kadınlar bunları bilir.

Yaşamın kutsallığını bilmenin gücü, kadınların aileleri ve çocukları için nasıl zorluk ve fedakârlıkla dolu hayatlara katlandıklarıdır. Bunu, bir çocuğu daha zeki veya daha çekici olarak kabul edebilecek, ancak kesinlikle daha kutsal kabul etmeyecek olan, zorluk ve adanma yoluyla kalplerimizi açtıkça büyüyen koşulsuz sevgi vasıtasıyla yaşarız.

Yakın zamanda Kaliforniya'dan bir kadın küçük oğlunu yeni bir okula göndermek zorunda kaldı ve bu taşınma, ailesini daha önceki mahallelerindeki arkadaşlarından ve ilişkilerinden mahrum bıraktı. Morali bozuk ve bir bakıma bitkin bir halde rüyasında kendisine 'İğneni çıkar!' dendiğini gördü. Bu rüyanın, ailesini destekleyecek ve beslenmelerini sağlayacak olan yeni bir taşıyıcı yaratmak için kalbinden gelen sevgiyle çevresindeki ha-

yatı örmesi gerektiğine işaret ettiğini anladı. Çok sıklıkla bu çeşit 'dikimin' kendiliğinden meydana geldiğini düşünürüz ve bazen böyle olur. Ama aynı zamanda bu işi bilinçli ve yaratıcı bir şekilde yapabilme, kutsal olanı alma, besleme ve dönüşüm amacıyla dışarıya gönderme yeteneğine de her zaman sahibiz.

Çoğu kadının görevi doğal olanı kurtarmak ve onu tamamen yakın ve kişisel çevreden dışarı çıkarmak ve gücünü ailenin ötesinde kullanmaktır. Hayatta nereye gidersek gidelim, yaşamın kutsallığını bilen ve onunla birlikte çalışan bilgeliği dâhil etmezsek, kendimizin zayıf bir gölgesi oluruz. Anlam bulamayız, beslenemeyiz, diğerlerini besleyemeyiz. Gerçek manada katılımda bulunamayız.

Kadınların Kutsal Gücüne Dair Vizyonlar

Bu kitap kadınların kutsallığının bedenlerinde nasıl canlı olduğuna ve yaşama vermek ve yaşama özen göstermek için yeteneğimizin işbaşında olduğuna dair açıklamalar sunar. Büyükanneler, İlahi Anne'nin türümleri, kadınların bedeninden yuva olarak sadece fiziksel değil, aynı zamanda spiritüel yuva olarak bahseder. Büyükanneler gücümüzün kanımızda taşındığından dolayı bir parçamız olduğunu vurgular. Uzak kuzeyden Larry Merculieff, kadınların rahminin dönüştürebilen ve yeniden doğurabilen 'evrenin merkezindeki rahim' ile aynı olduğunu vurgular. Dünyanın öteki ucu Çin'den Dr. Sun, kadınların rahminin göğüslerle birlikte arınma, besleme ve dönüşüm için 'enerjilerin güçlü bir birleşmesini' gerçekleştirdiğini söylemiştir. Uzak Afrika topraklarından Sobonfu Somé, rahmimizin 'bize verilen bir armağan' olduğunu vurgular:

Ve Sufi Llewellyn Vaughan Lee, kadınların ve erkeklerin spiritüel doğası arasında net bir ayrım yapar ve kadınların erkeklerin sahip olmadığı kutsal bir maddeye sahip olduğunu belirtir.

"Kadınların spiritüel varlıklarındaki bu madde, yaratımda doğrudan kutsal maddeyle veya ışıkla etkileşime girebilir. Bu madde yaşamın

katalizörü gibidir insanlık, yaşam ve yerküre arasındaki kutsal bağlantı gibidir. Kadınlar bu içlerindekine onları yaşama bağlayan bu kutsal öze saygı duyduklarında, onları nasıl beslediğini ve yaşamı direkt olarak nasıl beslediğini hissedebilirler. Evrene bağlıdırlar ve erkeklerin yapamayacağı bir şekilde evreni beslerler. Bu kadar basittir.

Kadınların kutsal maddesiyle evrendeki arasındaki bu bağlantı,kadınların bilincinin işleyişini etkilediği kadar, bedenlerinin nasıl çalıştığını da etkiler. Böylece enerji, bedenleri vasıtasıyla yerküreye farklı bir şekilde akar aslında bu gerçekten doğru bir imge değildir, çünkü enerjinin sanki asıl dişil bilincin bir parçası değilmiş gibi, yerküreden ayrı olduğunu ima eder. Kadınlar doğal olarak yaşam ağının, evrenin enerji akışının, yaşam yapısının bir parçasıdırlar... Eğer yerkürenin enerjisine, bu enerjinin nasıl aktığına bakarsanız, o zaman eril bilinç ayrı olma niteliğine sahipken, kadınlar ise onun sadece bir parçasıdırlar..."

Kadınların kutsal spiritüel doğası ile yaşamdaki kutsal spiritüel doğa arasındaki bağlantı, kadınların farklı bir spiritüel gelişmeye, eşsiz güçlere ve yeteneklere sahip olduğu anlamına gelir.

Bir kadının spiritüel gelişiminde yaşamın kutsallığını kabul etmenin gücü, en büyük müttefiklerinden biridir. Bu nasıl işler? Yaşamın kutsallığının kabulü, iyi veya kötünün veya istediğimizin ve istemediğimizin görünümünün ötesinde, yaşamın özüyle bağlantı kuran bir algıdır. Bu güç, büyük bir dengeleyicidir. Yaşamın kutsallığını gördükçe ve anladıkça, önyargı olmaksızın sevgi ve besleme akışını teşvik eden bir birlik bilincine gireriz.

Yaşamın temel kutsallığını fark ettikçe, tüm yaşama saygı duyarız. Bu algının büyük sonuçları vardır. Yaşamın kutsallığını anladığımızda, yaşama saygı duymaya ve tüm varlıklara saygı göstermeye davet ediliriz. Başka bir çocuğun gözlerine baktığımızda ve o çocuğun güzelliğini ve kutsallığını gördüğümüzde, o çocuğu kendimize vereceğimiz şeyden mahrum edebilir miyiz? Evsiz bir insanın gözünün içine baktığımızda ve esas insaniyetini gördüğümüzde, dünyadaki eşitsizlikleri ve kendi seçimlerimizi dikkate almaya zorlanırız. Yaşamın kutsallığını görmek, evsiz insanları kendi evimize getirmek anlamına gelmez, ama bilincimi-

zin seçimlerimizi ve nasıl yaşadığımızı kabul etmesi gerektiği anlamına gelir. Genişleme, bilgelik ve bazen değişimi gerektirir.

Yaşamdaki kutsallığı fark etmek neredeyse her zaman bizi, koşulsuz sevgi için kapasitemizi genişletmemize mecbur bırakır. Kalbin zihnin değil farkında' lığı, bizi bilgelik geliştirmeye ve içgüdülerimize ve sezgilerimize güvenmeye iter. Zihinsel yapıların ve koşullanmış güç yapılarının doğruluğunu sorgular. Sorumluluklarımızın nerede yattığına dair sorular sorar ve ayırt etme ve fark etme yeteneğimizi geliştirmemiz için bizi zorlar.

Bu, ayrım değil açıklık olan Elizabeth Frediani tarafından kalbin tarafsızlığı olarak bahsedilen yargılamaksızın kabul ettiğimiz her şeyin kutsallığını açığa çıkaran gerçek tarafsızlıktır. Kalpteki bu tarafsızlık, ayrımın merkezidir ve bilgeliğin yuvasıdır. Bu özgürlükte tercihlere değil, ihtiyaçlara karşılık veririz; kendi kişisel gündemimize göre mümkün olanı sınırlamaktan ziyade, ayrım gözetiriz ve hizmet ederiz. Bu, yaşamı güzelliğinden ve gücünden mahrum bırakan bir tarafsızlık değildir, yaşamın tüm güzelliğinin ve gücünün bilgisine, kararların ve seçimlerin zemini olarak olanak sağlar.

Bu, sanki bununla onun arasında hiç fark yokmuş gibi yaşamı düzensizlikte topladığımız anlamına gelmez, ancak bir şeye diğerine göre daha çok değer vermemizden ve yerine ihtiyaç duyulanı görebilen kalbin ayırt etme özelliğinin kullanılmasından dolayı, kişisel arzularımızın ötesini görebildiğimiz anlamına gelir. Doğal bütünlüğümüzü her şeyi tekdüzeliğin içine almak için değil, her şeyi oldukları halleriyle sevebilme kapasitemizi genişletmek için kullanırız. Bu, kadınların bildiği ve sıradan günlük işlerinde yaşadıkları bir yoldur; sadece bu yolun ne kadar güçlü olduğunu anlamayız veya ona değer vermeyiz.

Birçok kadın için çağdaş spiritüalitenin trajedisi, her geleneğin ve sıradan hayattaki coşkunluğun önemini belirten yeni bir dişil spiritüalite ile uyum içerisinde yaşamaya ve onu anlamaya doğru kültürel bir geçişe saygı duymak için çabaladığımız halde, bunu geniş ölçüde, bu doğru yönelime karşı ön yargılarımızın ne

kadar derin olduğunun gerçek farkında' lığı olmaksızın yapmamızdır. Yaşamın kutsallığını anlamayı istediğimiz gibi, kendimizi sürekli olarak ondan saklamaya çalışırız, çünkü birçoğumuz hâlâ bilgisiz, korkulu ve bu bilincin dayandığı ruhun ve bedenin gizemli birleşiminde yaşayamaz haldedir. Her şeye karşın yaşamın kutsallığı yaşamın bir parçasıdır ve yaşam, bedeni de içerir.

Ama biz yine de hâlâ spiritüel yolculuğumuza veya yaşamlarımıza bedeni dâhil etmeyi gerçekten istemeyiz. Çok sıklıkla o hâlâ bizim için bir tuzak yeridir, tıpkı tüm dünyevi şeyler gibi hâlâ bir nesnedir. Sıradan hayatı gerçekten kabul etmek istemeyiz, çünkü uzun zamandır bize bunun ikinci derecede önemli bir yol olduğu söylendi. Kadınlar yüzyıllarca sıradan hayatın, spiritüel bağlantısı olmayan bir hayat olduğuna inandıktan sonra, ona nasıl teslim olabilirler? Bu kolay değildir, ama bunu yapabilmek için araçlara tam burada sahibiz. İkinci derecede önemli oldukları veya hiç değerli olmadıkları bize ne kadar söylendiyse de, kadınlar olarak yaşamlarımızın kutsal olduğunu biliyoruz. Tam olarak unutmadığımız bir yer. Sadece hatırlamamız ve bu kutsal anlayışı yeniden canlandırmamız gerekir.

Kutsamak

Kutsallığımızın farkına vardıkça yaşamı kutsarız. Yaşamın kutsanmaya ihtiyacı vardır. İnsanların dönebileceği bir şeyi kaybetmektir ve kadınların bu dönüşte rolü vardır.

Yaşamın kutsallığının bu kabulü, kutsal maddemizin evrenin kutsal maddesiyle bir muhabbetidir. Yaşamın anlık olarak dahi kutsallığının bilinmesi, ışığımızın yaşamın ışığı ile anlık teması, yeterince besleyicidir ve bütüne hizmet eder. Kutsala saygı duyduğumuz anda, sonsuzluk içimizden akar. Bu, kabul etmenin gücüdür, görmenin ve görülmenin, ilahi olanla burada olmanın, ilahi olanla bir olmanın gücüdür. Yüzyıllardır çoğunlukla duyulmayan ve konuşulmayan bir diyalogdur. Ve çevremizdeki

yaşam, yokluğundan dolayı acı çekmiştir. Llewellyn bu yıkımı ve onu dönüştürmede kadınların rolünü tanımlar:

"Erkekler dünyayı allak bullak etmişlerdir. Dünyaya o kadar kötü davrandık ki, gerçekten dünyanın ışık hücrelerine zarar verdik. İnsanlar ekolojik yıkımı görürler, ancak çoğu insan yapılmış olan spiritüel saygısızlığı göremez. Korkunçtur. El değmemiş Everest Dağı'nın çöple darmadağın edilmesi gibidir. İçsel dünyalarda tapınaklar tamamen yıkılmıştır. İçsel dünyalardaki ışık azalmaktadır, giderek daha az erişilebilir hale gelmektedir.

Kadınlar tarafından belirli bir spiritüel çalışma yapılmalıdır, çünkü kadınlar yaratımın matrisidir. Yaratımın spiritüel tohumlarını taşırlar. Bu çalışmanın şifayla ve dünyayı dönüştürmekle ilgisi vardır, böylece bir kez daha yaşayan bir spiritüel canlı olarak iş görebiliriz. Kadınların içgüdüsel benlikleri bedenleri, cinsellikleri erkeklerinkinin olmadığı bir şekilde kutsaldır. Bu demektir ki bir kadının spiritüel araçları vasıtasıyla, daha yüksek bir enerji bedenine ve bedeninden de dünyanın fiziksel bedenine inebilir. Dünyaya geldiği zaman, kendisiyle birlikte bir kadının sahip olduğu her zaman saf olan kutsal bir maddeyi getirir. Belirli bir spiritüel beslenmenin eksikliğinden dolayı dünya yaşamını yitirmektedir. Belirli bir kutsal maddenin Sufiler onun 'Kun!' 'Ol!' kelimesinin sırrı olduğunu söyler eksikliğinden dolayı dünya yaşamını yitirmektedir. Aslen sıvı altın gibidir çok güzel bir maddedir. Onun dünyada tezahür eden Tanrı'nın ışığı olduğunu söyleyebilirsiniz. Ve her kadın onu, bedeninin hücrelerinin ışığında taşır. Eğer ona saygı duyarsa, o zaman o madde tekrar hayata akmaya başlar, dünyanın spiritüel bedenine verilmiş olan hasarı iyileştirir. Kadınlar dünyayı yeniden canlandırabilir.

İnsanoğlu çok güçlüdür. Bir insan katalizör gibi olabilir değişimin hızlandırılmış bir şekilde meydana gelmesine yardımcı olabilir. Bu durumda, kadınlar bir şeyin doğal döngüsüne bırakılması durumuna göre çok daha çabuk bir şekilde, o şeyin değiştirilmesine yardımcı olabilir. Eğer kadınlar kendilerini bu sürece adamazlarsa, dünya gerileyebilir. O zaman dünyadaki sihir insanlık tarafından erişilemez olur; dünyadaki ışık, bilgelik erişilemez olur. Kadınların spiritüel çalışması

yoluyla, doğal olarak meydana gelmesine olanak verildiği takdirde binlerce yıl sürecek olan şeyler, iki yıl, otuz yıl veya kırk yıl sürebilir."

Kadınlar bu çalışmayı nasıl yapar? Llewellyn kutsal farkındalıkla yaşamın ritüelleri ile meşgul olmanın önemini belirtir:

"Kadınlar kendi kutsal maddelerini yaşam uğruna, yaşama geri verebilir. Bu madde, günlük hayatın basit ritüelleri, mısır öğütme, pişirme, örme yoluyla kadınlar tarafından yaşama verilirdi. Hububat ile ilişkili ve tohum olarak nasıl toprağa düştüğü ile ilişkili belirli dişil gizemler vardı. Bugünlerde, her ne kadar basit ritüeller olabilse de, mesela kutsal bir şekilde pişirme gibi, ihtiyaç duyulan şeyin ilk olarak kadınların kendi içlerindeki ve yaşamdaki kutsalı onurlandırması olduğunu düşünüyorum. Sonrasında yaşamın tüm yönlerine getirilebilecek bilinçli bir ilişki olabilir ille ritüel şeklinde olması gerekmez, yaşama, yerküreye bilinçli bir adak olabilir. Her kadın için yaşamla, yerküreyle kendine has kurulan bir ilişki bir adaktır. Elbette toprakla, bahçeyle direkt olarak çalışmayla olabilir, ancak aynı zamanda bir ağaçla, suyla, yerkürenin kendisiyle ilişki kurma yoluyla da olabilir. Her ne kadar çoğunluk itibarıyla unutulmuş olsa da, cinsellik yoluyla olabilir."

Kadınlar için yerkürenin ışığını ve yaşamı doğal olarak yenileyen bir şekilde yaşamda olma yolu vardır. Ancak kadınlar kendisine inanmalı ve kendilerini adamalıdır. Büyükannelerin dediği üzere İlahi Anne'nin neslini, soyunu temsil etmek için kendi varoluşuna, kendi kapasitesine değer vermelidir. Kendisinin kutsal olduğunu bilmelidir. Bu temel bilgi olmaksızın ve kendimize kutsal olarak saygı duymaksızın, kadınlar yaşamın kutsallığını yenileyemezler. Kişinin kendisini kutsal olarak kabul etmesi kolay değildir. Bu kitap, biz doğal olanı geri kazanırken ve onu yeni bir ışıkta görürken, gerçekte kim olduğumuza ne kadar güzel ve ne kadar güçlü olduğumuza dair anlayışımızı ve doğrudan deneyimimizi örten tozları ve koşullanmaları silip süpürmeye yardımcı olmayı amaçlar.

Ancak kutsal olduğumuzu hatırladığımızda, unutulmuş olan şeylere ışık tuttuğumuzda, verilmiş olan hasarın boyutunun ve sorumlu olduğumuz suç ortaklığının derecesinin doğal olarak

farkına varırız. Kadınlar sadece başlarına ne geldiğinin değil, aynı zamanda kendilerinin yetkilerinin ellerinden alınmasına ve ihmal edilmelerine nasıl katıldıklarının farkına vardıkça, muazzam derecede öfke ve keder yaşayacaklardır. Bundan kaçınamayız. Kadınlara karşı ve onların sevdiği ve onlara doğal gelen her şeye karşı yapılan şiddeti kabul ettikçe, kaybedilen ve elden çıkarılan şeylerle kaçınılmaz bir şekilde yüzleşmek zorunda kalacaklardır. Neyin ihlal edildiğini bileceğiz ve bu ihlalde pay sahibi olan ve bu ihlallere izin veren içimizdeki kalıpları fark edeceğiz.

Bu tarihsel ve son derece kişisel şiddet ve yıkımı kutsamanın bir yolu olmaksızın, her şeyin kutsal olduğunu bilen ve en karanlık anların bile yaşama hizmet etme potansiyeline sahip olduğunu bilen en büyük gücümüzü yaşayamayız. Eğer kadınlar olarak kendi deneyimlerimizi kutsamazsak, kadınlar olarak gücümüze müdahil olamayız. Ve eğer bu adımı atmazsak, dengeli ve bütün olan bir geleceğin yaratılmasına yardımcı olamayız, Larry Merculieff'in söylediği üzere, eril ve dişil arasındaki dengesizliğin sarkacını ortadaki dinlenme noktasına getiremeyiz.

Öfke ve Kederi Kutsamak

Llewellyn'e göre, kadınların yaşama yakınlığı, kadınların kendi kutsallığı ile yaşamın yaşayan kutsallığı arasındaki bağlantı, yaşamın iyileşmesine yardımcı olabileceğimiz anlamına gelir. Ancak bu yakınlığın bir de öteki yüzü vardır. Bu, kendi doğamızla yaşamın doğası arasında ilişki kurmaya bilinçli olarak başlamamızla, olduğumuz gibi yaşamaya ve bilmeye başlamamızla, enerji sistemlerimizle yerkürenin sistemleri arasındaki kanalları bilinçli olarak açarak karanlığımızın öfkemizin ve şiddetimizinyerküreye geçmesine izin verme riskini göze alırız. Llewellyn bunun yarardan çok zarar vereceğini söyler:

"Kadınlar yerkürenin iyileşmesine yardımcı olmadan önce, bir kefaretin meydana gelmesi gerekir. Affetme olmadan hiçbir iyileştirme yapılamaz. Eğer kadınlar öfkelerini ve kızgınlıklarını erkeklere yüklerse

ve erkeklerin yaptığı her şeyi dünyanın spiritüel bedenine yüklerse, ne olacağını kim bilir?"

Larry Merculieff de bu adımın önemine değinir:

"Eğer kadınlar enerjik alanlarıyla yerküreyi iyileştirme veya kutsal dişili yenileme istekleri ile ilgili gerçekten samimiyseler, öfkelerini şifalandırmanın bir yolunu bulmalıdırlar. Eğer kadınlar geçmişin aynı kutuplaşmış bilincinde sıkışıp kaldılarsa, Toprak Ana'ya yardımcı olacak hiçbir şey sunamazlar.

Hesaplaşma ve kefaret sürecinde, yaşamın kutsallığının gücünü kullanabiliriz. Feragatin nasıl meydana geldiğini bilen, dürüst bir şekilde kabul etmekle yaşamın karanlığının nasıl kutsandığını bilen bir kalp vasıtasıyla, bütünlüğün derin farkındalığı vasıtasıyla, eleştirel olmayan bir tarafsızlık vasıtasıyla, her şeyi anlamanın, kabul etmenin, sorumluluk almanın ve affetmenin bir yolu vardır. Ve burada iyileşme ve dönüşümün diğer bir çelişkisi yatar. Kadınların kırılmış bir şeyi iyileştirmeleri için içlerindeki kutsal alana hiç zarar görmemiş olan kutsal alana erişmeleri gerekir. Bir bütün olarak yaşamla ilişki kurmak için bütünlüğümüze ihtiyaç duyarız. Meydana gelen şeyi arındırmak için doğal saflığımıza ihtiyaç duyarız. Dünyayı sihirli olarak kabul etmek için kendi sihrimize ihtiyaç duyarız. Geçmişi kutsamak ve geleceği yaratmak için, yaşamı kutsal olarak muhafaza edebilme yeteneğimize ihtiyaç duyarız. Her kadın nasıl büyük bir unutmanın parçası olduğumuza dair daha bilinçli hale gelmek ve kendimizi ve diğerlerini bağışlamak için kendi fırsatlarına sahip olacaktır. Bunu ilişkilerimiz vasıtasıyla, işte, toplulukta ve tek başımıza yaşayacağız. Bu terapinin bir parçası ve dualarımızın bir parçası olacaktır. Bu, büyük spiritüel çıkarımları olan psişemizi, bedenlerimizi ve dünyayı dönüştürecek olan spiritüel bir çalışmadır.

Zamanın Gereksinimleri

Bu çalışma için zaman boyunca yaşamın tekâmülünde kadınların yapabileceği en büyük katkılardan biri olarak kabul ede-

bileceğimiz bu çalışma için kurallar yoktur. Ancak dış dünyada ne yaptığımızdan bağımsız olarak, kuşkusuz sürekli olan ihtiyaç, kutsalın farkında' lığının her ana işlemektir. Rahibe Teresa hepimize 'küçük şeyleri büyük sevgiyle yapın.' diye tavsiye verirken bu çalışmayı anlamış olmalıdır. Her basit ana sonsuzluğu getirmenin ve onu kutsallıkla doldurmanın bir yolu vardır. Ancak bu işlem her şeyden önce 'büyük sevgiyi' bildiğimizi ima eder. Ve birçok kadın kendisini sevgiden kopuk hisseder ve onu hayata nasıl döndüreceğinden emin değildir.

Bu zor durum için, inancımızı Larry Merculieff'in söylediği üzere, bedenlerimizin hücrelerinde canlı olan inancımızı kazanmamız gerekir. Eğer sevgiyle çalışmak yapamayacağımız, nasıl yapılacağını bilmediğimiz bir şey olsaydı, çocuklarımızı nasıl yetiştirirdik? Nasıl sevişirdik? Arkadaşlıkları nasıl sürdürürdük? Bir bahçeyle nasıl ilgilenirdik? Güzelliğe nasıl karşılık verirdik? Değişimi nasıl özlerdik? Kendimize bunu bildiğimizi ve buna erişimimiz olduğunu hatırlatabiliriz, çünkü bu nasıl yaşadığımızdır; bu bizim doğamızdır.

Bu kitaptaki her bir bölüm, bizim için doğal olan şeyleri sadece hatırlatıcıdır. Bizi sevgiye doğru çekmeye yardımcı olması için özlemimize güvenebiliriz ve yaşam ağı boyunca nerede sevgiye ihtiyaç duyuluyorsa beslemek için yeteneğimizin kılavuzluğuna güvenebiliriz. Neyin güzel olduğuna dair hislerimize güvenebilir ve diğerlerinin bu güzelliği görmesini isteyebiliriz. Tıpkı izin verirsek içgüdülerimizin bizi yönlendirmesi gibi, yaşamın bütünlüğünün kendi gücüyle birlikte canlı olduğuna güvenebiliriz. Gücümüzün ortaya çıkmasına izin verdikçe, uykuda olan ve bizi bekleyen bir güçle çalışacağına güvenebiliriz. Fiziksel olarak bir çocuğu doğururken gücün bizi ele geçirmesi gibi, geleceğin çocuklarını doğurmak için gücün mevcut olduğuna güvenebiliriz. Özlemimiz ve rüyalarımız bize kendimiz olarak nasıl yaşayacağımızı gösterecektir. Ve destek için bireyselleşmiş toplumumuzun ve toplulukların hâlihazırda müsaade etmediği bir şekilde birbirimize ihtiyaç duyacağız. Bu yüzden bir araya gelmenin yol-

larını bulmamız gerekecektir. İçten ortaya çıkanı, kalbe dokunanı, her birimizle konuşanı onurlandırmamız gerekecektir. Yapmamız gereken şeyi yapmak için çok yorgun hissedebilir, çok korkabiliriz ve korkuları ve tereddütleri atlatmak için kalplerimizi daha fazla açmamız ve özlem ve bilgeliğimize daha fazla güvenmemiz gerekecektir. Ve temelimiz olarak mutlaka bedene ve yerkürenin bedenine geri dönmeliyiz. Yüzyıllar boyunca yadsıdığımız büyük gizemdir, denizin altındaki sihirdir. Tarihin kitaplarımızdan ve hafızalarımızdan silmeye çalıştığı, özlemlerimizin unutulan dünyasıdır.

Ancak Bedenlerimiz Bilir.

Bedenlerimiz unutmamıştır. Hâlâ doğuruyoruz ve çocuklarımızı besliyoruz, sevdiklerimizi okşuyoruz, arkadaşlarımızla ağlıyoruz, kuşları besliyoruz, yüzümüzü güneşe doğru kaldırıyoruz, çamaşırları ipe asarken özlemimizi ve dualarımızı rüzgâra bırakıyoruz, banyoda dinleniyoruz, kaynaktan içiyoruz, topluluk için kuyudan su çıkarıyoruz.

Ve bedenlerimiz bize, hayata hizmet ettiğimizde, hayat benliklerimizin ötesine uzandığı ve ötesini kapsadığından dolayı, en güçlü hale geldiğimizi hatırlatıyor. Yaşam yaratan yaşamın, yaşamı besleyen yaşamın, kendisini seven ve yenileyen yaşamın bilinçli olarak bir parçası olduğumuzda, hakkımızı kazanırız. Çünkü kadınların doğal gücü, zaman ve boyutlarla bağlantı ile çok ilgilidir. Hiçlik âleminden yeni yaşamı kabul ederken, onu evrene sunarken, bizden hayli uzun zaman sonrasında bile yaşamayı sürdüren topluluklar oluşturmaya devam ederken, insan bilincinin ve sevginin dünyadaki varlıklarla bağını kurarken, güzelliğin uzanması ve dönüştürmesi için yollar bulurken, bedenlerimizin rahimde yaptığı gibi, boşluğun sonsuz âlemlerini somut yaşam biçimlerine bağlarken kim olduğumuzu yaşarız.

Kadınlar besler ve alır. Bağlantı ve ilişki kurarız. Bu demektir ki, günümüz dünyasını damgalayan aşırı bencilliğin ve kişisel

odağın doğamıza aykırı olduğuna dair ve yaşamla, Tanrı'yla, yerküreyle, insanlıkla ilişki kurmak, onlara özen göstermek, onlara vermek için kendimize izin verdiğimizde gücümüzün genişlediğine dair tamamen basit gerçekleri kabul edene kadar kendimiz olarak yaşayamayız. Aşırı bireyselliğin ve bencilliği destekleyen sosyal yapıların kuralları, bizim için doğal ve gerçek olanı zayıflatır. Kadınlar kendileri olarak yaşadıklarında dünyanın çarpıcı bir şekilde değişecek olmasının nedeni budur.

Sobonfu Somé köyünde savaştan dönen erkekleri kadınların göğüslerini açarak karşıladıkları geleneksel bir uygulamayı anlatır:

"Göğüs, yaşamın devam etmesini sağlayan kutsal bir enerji kaynağıdır. Bizim geleneğimizde göğüs, insanları karşılamak ve dengeyi yeniden kurmak için kullanılır. Kabilemizdeki kadınlar yakınlığa bir davet olarak değil, psişenin yaşam verenin ne olduğunu anlamasına yardımcı olmak için üstsüz giyinirler.

Bedenlerimizde çevremizde korkunç bir şekilde ihtiyaç duyulan güçlerin olduğunu görürüz. Huzurlu bir şekilde yaşamanın zamanı gelmemiş midir? Hepimiz çok uzun zamandır savaşta değil miyiz? Kutsallığa, yaşamın yaşamı desteklediği ve yenilediği doğal yollara uyumlu olan bedenlerimiz, huzur ve beslemenin yaşayan kaynaklarıdır. Harika bilgelik bedenlerinde kadınlar, savaştan zarar görmüş olan yaşadığımız dünyayı yenilemek için ihtiyaç duyulanı bulacaklardır. Beslenme ve huzur getirmek, yenilemek ve yeniden yaratmak için ihtiyaç duyulanı bulacaklardır. İhmal edileni kutsamak için ve güzel dünyamızı daha canlı hale getirmek için haydi gücümüzü kullanalım. İyileşen tüm şeylerin öncesine göre daha güçlü olmaları, genişlemiş bir bütünlüğe ulaştırılmaları, daha önceden bilinmedikleri şekilde bilinmelerinin sağlanması, daha önce sevilmedikleri kadar çok sevilmeleri gibi, bilgeliğimizi yaşamı daha güçlü hale getirmek için kullanalım.

Alıştırmalar

Hangi güçler ilginize muhtaçtır? İlk alıştırma serisi, şu anda hangi güçlerin ilginize ihtiyacı olduğunu hissetmenizle ilgilidir. İlginize nerede ihtiyaç duyulduğunu keşfetmenin sayısız yolu vardır. İşte birkaçı:

Kendinize neye özlem duyduğunuzu sorun. Genellikle bilgi hemen yanıbaşınızdadır. Sadece kendinize 'Neye özlem duyuyorum?' diye sorun. Topluluğa mı? Yerküreyle daha anlamlı bir ilişkiye mi? Kendinizi güzel olarak kabul etmeye mi? Yaşamın kutsallığı ile bağlantı kurmaya mı? Kalbinizin daha hızlı atmasına sebep olan nedir? Gözünüzü yaşartan nedir? Kendinize sorun ve cevaplarınızı yazın, ilişki kurmanız gereken güç, tam önünüzde olabilir.

Meditasyonda Sorun

Sessiz bir şekilde, en az on beş dakika rahatsız edilmeyeceğinizi bildiğiniz bir yerde oturun. Dikkatinizi içe yöneltin. Kendinize hangi güçlerin ilginize ihtiyacı olduğunu sorun. Güç listesini gözden geçirin (kopya çekebileceğiniz bir kâğıda ihtiyaç duyabilirsiniz!) ve bedeninizin ve enerji sisteminizin her birine nasıl tepki verdiğini hissedin. Direnç var mı? Bir heyecan veya özlem hissi var mı? İçsel bir biliş var mı?

Rüya Talep Edin

Birçok kadın için rüyalar ruhlarının ilgilenmek istediği şeyi anlamalarına yardımcı olmada önemli bir rol oynarlar. Uyumadan önce birkaç dakikalığına uyanık kalarak sessiz bir şekilde uzanın, ilginizi nereye yöneltmeniz gerektiğinin açığa çıkmasını

dileyin. Rüya görürken uyanmanız durumunda not alabilmeniz için yatağınızın kenarında bir kalem ve kâğıt bulundurun.

Yaşama Sorun

Yaşam canlıdır! Sizinle daha bilinçli bir ilişki kurmak ister. Yaşam, ilginizi nereye yöneltmeniz gerektiğini size gösterecektir. Bilinçli olarak yaşamdan öğrenmeye niyet ederek, bu sürece yardımcı olabilirsiniz. Sabahları sessiz bir yerde yaşamdan, hangi gücünüzün güçlendirilmesine ihtiyacınız olduğunu anlamanıza yardımcı olmasını isteyin. Bu, rüya talep etmeye benzerdir. Yaşamın ihtiyaç duyulan şeyi açığa çıkaracağına güvenin ve bunu hissedin. Gün boyunca yaşamdaki işaretleri görmeye dair merak hissinizi ve adanmışlığınızı beslemeye devam edin. Bahçe yapmak veya daha sağlıklı hale gelmek isteyen biriyle mi karşılaştınız? Dergide toplumla ilgili bir hikâye gözünüze mi çarptı? Yeni bir sanat evi açılışının veya doğada el değmemiş yeni bir yolun güzelliği hakkında bir konuşmaya mı kulak misafiri oldunuz? Gün boyunca karşınıza çıkan bilgilere dikkatinizi verin ve böylece hangi güçlerin sizi çağırdığını keşfedersiniz.

Beslenme

Yeme alışkanlıklarınıza ne yemek yediğinizden, o yemeğin masanıza nasıl geldiğinden onu nasıl hazırladığınıza ve kiminle paylaştığınıza kadar dikkat edin.

Bu alıştırmanın amacı, beslenmenin önemli bir kaynağı olan ve çevrenizdeki hayata bağlanmanızda ve dolayısıyla beslemek için önemli bir rolü olan yemek ile daha bilinçli bir ilişki geliştirmenize yardımcı olmaktır.

Nasıl yemek yediğinizin farkında olmak bir 'alıştırma' olmamalıdır, ancak gıdanın bizi kendi bedenlerimize ve ruhlarımıza, diğerlerine, dünyaya nasıl bağladığına dair farkında' lığımızı ve takdirimizi kaybettiğimiz için genellikle alıştırma gibi olur.

Ama lütfen bu alıştırmanın bir çeşit kendini cezalandırma biçimi haline gelmesine izin vermeyin. Vejetaryen olmanızı veya sadece organik gıda yemenizi, şeker ve alkol tüketiminizi kesmenizi önermiyoruz. Bu bir diyet değildir. Gıdanın çok boyutluluğunun daha çok bilincine varmak için yapılan bir alıştırmadır.

Gıda, yaşam dediğimiz daha büyük bir beslenme yapısı ile ilişki kurmanın temel yoludur. Ve bu bağlantı içerisinde sabit kurallar yoktur. Daha ziyade, sadece bu bağlantının mevcut olduğunu, esnek olduğunu, muazzam bir gücün kaynağı olduğunu bilmeye dair ihtiyaç vardır. Bu alıştırma, yaşamınızın bu yönüne dikkatinizi çekmek ve sizin neye ihtiyacınız olduğunu, sizden neyin istendiğini hissetmek ile ilgilidir.

Bu alıştırma için bir günlük tutmanız gerekecektir. Yazmak, öz yansıtmayı arttırdığı için daha bilinçli hale gelmenize yardımcı olur. Belli bir süre belirleyin örneğin bir hafta veya bir ay ve bu alıştırma yoluyla deneyimlediklerinizin günlük olarak kaydını tutun. En azından aşağıdaki maddelerin yarısını denediğinizden emin olun. Yapmak istediğiniz alıştırmaları seçin ve onları her gün yapın. Kaytarmayın.

Almak istediğiniz gıdanın üzerinde yazan içeriği okuyun.

Almadan önce gıdayı elinizde tutun. Bedeninizin o gıdayı isteyip istemediğini veya ona ihtiyacı olup olmadığını hissetmeye çalışın. Yetiştirme, satın alma, pişirme ve yeme süreçleri boyunca memnun ve minnettar olun. Yiyecek boğazınızdan geçerken de minnettar olabilir misiniz?

Her öğünde küçük bir miktar yiyeceğinizi doğaya kuşlara veya bölgenizdeki hayvanların ruhlarına sunun. Bir şehirde yaşıyor olsanız dahi, pencere pervazınızdaki bir kırıntının tadını çıkaracak kuşlar olması muhtemeldir. Küçük bile olsa bir bahçe pencere pervazında birkaç bitki yeterlidir yapın ve yediğiniz bir şeyi yetiştirmenin nasıl hissettirdiğini kaydedin.

Yavaş bir şekilde yiyin. Yiyeceğin hikâyesinin nereden geldiğinin, kimin büyüttüğünün, masanıza nasıl geldiğinin, nasıl hazırlandığının ve kim tarafından hazırlandığının yeme süreci-

nin bir parçası olmasına olanak sağlayın. Her gece uyumadan önce, yemek vasıtasıyla beslenme gücünü ortaya çıkarmanıza yardımcı olacak olan bir çeşit kılavuzluk veya bir rüya dileyin.

Burada kurallar olmadığını anlayın. Bu, beslenmenin temel kaynağı olan yiyecekle nasıl ilişki kurduğunuza dair daha bilinçli hale gelmeniz için bir alıştırmadır.

Bazıları için hazır veya önceden paketlenmiş yiyecekler almak, eğer her gün taze organik yiyecekler de alıyorlarsa, makbuldür. Şükredildiği, beden ve ruha hizmet etmesi istendiği takdirde, hazır ambalajlı gıdalar almak iyi görünebilir. Bazıları ise plastikle kaplı hiçbir yiyeceği artık alamadıklarını göreceklerdir. Bu, tıpkı belirli ihtiyaçlara dayanan her ilişkinin son derece kişisel olması gibi, son derece kişisel bir süreçtir.

Kendinizi Besleyen Meditasyon

Bu alıştırma Elizabeth Frediani'nin Bedenin Ruhla Karşılaştığı Yer:

Fiziksel ve Spiritüel Kişisel Bakım İçin Süptil Enerji İyileştirme Uygulamaları (Where Body Meets Soul: Subtle Energy Healing Practices for Physical and Spiritual Self Care) kitabından gelir.

Yaşam gücü enerjisini alma, idare etme, iletme ve muhafaza etme vasıtasıyla enerji sistemi, bedeninize, zihninize ve ruhunuza hizmet eder. Bu bağlamda alıcılık, fiziksel sağlığı muhafaza etmenin yanı sıra, duygusal ve spiritüel sağlığı da muhafaza etmek için mecburidir. Alıcılık, kabul etme yaşam deneyimini, desteği, sevgiyi, enerjiyi ve benliği yeteneği olarak anlaşılabilir. Alıcı olmak, kendini beslemektir.

Meditasyon:

Gözlerinizi kapatın, iki veya üç kez yavaş ve arındırıcı nefesler alın, burnunuzdan çok yavaş bir şekilde nefes alın, çok yumuşak ve yavaş bir şekilde ağzınızdan nefes verin. Şimdi dikkati-

nizi kalp çakranızın fiziksel merkezine verin. Bu çakra sternum kemiğinizin alt kısmının yaklaşık bir iki parmak üzerinde yer alır. Bu noktadan içeriye doğru, bedeninizin merkezine rahat hissedeceğiniz kadar yakın olacak şekilde, odaklanın. Kendi kelimelerinizle kendinize içsel olarak şunları söyleyin:

Kendinizi seveceğinize ve destek olacağınıza dair niyetinizi ve kararlılığınızı onaylayın.

Kendi hayatınızda yaratıcı bir güç olarak sorumluluğunuzu onaylayın.

Kendiniz için yarattığınız herhangi bir acı veya zorluk için kendinizi affedin.

Şimdi, tıpkı iyileşmeye ihtiyacı olan kıymetli bir arkadaşınızı seveceğiniz ve destekleyeceğiniz gibi, aynı şekilde kendinizi sevmeye istekli olun.

Kendinizi kalp çakranızda tutun ve vereceğiniz sevgi ve merhametin kendi kalp çakranıza geri gelmesi için onlara çağrıda bulunun.

Kendinizi bu şekilde tutmaya ve sevgiyi almaya devam edin. Dilediğiniz kadar bu alıcı odağı sürdürün.

Hazır olduğunuzda neye ihtiyacınız olduğunu kendinize sorun ve cevap için kalbinizi dinleyin. Cevabı duyduğunuzda, bu ihtiyacı karşılayacağınıza dair söz verin.

Hazır olduğunuzda odağınızı yavaşça bırakın ve gözlerinizi açın.

Bir Günlükte Cevap Verilecek Sorular:

Meditasyon sırasında duygusal olarak ne hissettiniz?

İçtenlikle ifadeleri onaylarken herhangi bir zorluk yaşadınız mı?

Sevginin ve/veya enerjinin tekrar size doğru aktığını hissettiniz mi?

İhtiyacınız neydi? O ihtiyacı karşılamak için herhangi bir direnciniz var mı?

Meditasyon sırasında sahip olduğunuz herhangi bir duygu veya deneyimi yazınız.

Göndermek ve almak' ile ilgili olan bir Tibetli Budist meditasyonu Tonglen, Tibetli Budist geleneğinde eski bir meditasyon uygulamasıdır. Bu uygulama ile ilgili çeşitli varyasyonları tarif eden çok sayıda internet sitesi ve kitaplar vardır. Aşağıdaki versiyonu basit ve gayri resmidir.

Bu uygulama, acı dolu veya olumsuz deneyimleri dışlama veya uzaklaştırma ve sadece kendileri için iyi şeyleri istemeye dair insan eğilimini zayıflatması açısından son derece güçlüdür. Bizim için her zaman kullanılabilir olan enerjiyle içsel olarak çalışmak yoluyla, diğerlerini beslemek için içimizdeki büyük gücü açığa çıkarır. Tonglen, 'bizler ve onlar'ın alışılmış sınırlarının var olmadığı veya yersiz olarak kabul edildiği, hepimizin birbirimize bağlı olduğu içsel alanın daha çok farkına varmamıza yardımcı olabilir. Bu, diğerlerini besleyebileceğimiz ve en fazla doymuş hissedebileceğimiz bu sınırsız alandan geldiğinden dolayı bizi, beslemenin muazzam gücüne kavuşturur.

Sessiz bir şekilde oturun ve bedeninizi gevşetin. Aklınıza acı çektiğini bildiğiniz birini getirin. Bu, kişisel bir arkadaşınız veya bir aile üyesi veya haberlerde gördüğünüz acı çekmesi size dokunmuş olan bir kişi olabilir.

Bu kişiyi hayal ederken, onun acısını kendi enerji sisteminize çekebildiğinizi hayal edin. Engin bir bütünlüğe bağlanmış olarak, bu acıyla çalışmak için size yetki verildiğini idrak edin.

Nefes alırken o acıyı içinize çekin. Acıyı yoğun bir duman olarak gözünüzde canlandırın. Nefesle birlikte varlığınızdan içeri doğru çekin. Onu, aynı zamanda tüm evrenin merkezi olan kalp merkezinize çektiğinizi hayal edin. Bu kalp merkezinde, sonsuzlukta rahatlayın.

Nefes verirken, tam bu merkezden, acıyı az önce çekmiş olan bu kalp merkezinden, nefes verin. Nefes verirken aynı acıyı dışarı çıkarabilirsiniz, ama şimdi bir merhamet, ışık ve huzur akı-

şı veya bu kişi tarafından ihtiyaç duyulan herhangi bir şey biçimindedir.

Her nefesle bu 'çekme ve alma' ya, ihtiyaç duyulduğunu hissettiğiniz sürece devam edin. İçinizden gelen huzur ve merhameti hissedin. Kalbinizin içine giren şeyleri sindirme ve dönüştürme gücünün olduğunun bilinçli olarak farkına varın. Çekme ve almayı bitirdiğinizde, sessizce oturun ve rahatlayın.

Yerküre

Bu alıştırmaların herhangi birini veya tümünü yapmaya çalışırken, enerji sisteminizin yerküreye son derece bağlı ve uyumlu olduğunu hatırlayın. Bu bağlantıyı kurmak için herhangi bir şey yapmanız gerekmez. Onun daha çok farkına varmayı, niyet ve dikkatiniz vasıtasıyla bu bağlantıyı arttırmayı veya güçlendirmeyi amaçlarsınız.

Yalın Ayak Yürüyün

Yalın ayak yürümek, ayaklar üzerinden enerji sisteminize yerkürenin enerjisinin akışını kolaylaştırmaya yönelik çok basit bir yoldur. Dr. Sun'ın açıkladığı üzere kadınlarda enerji genel olarak ayaklar üzerinden topraktan yukarı doğru akar.

Daha önceki Bilinmeyen O (Unknown She) kitabımda Sobonfu Somé, Afrika'daki kabilesinde kendilerine ayakkabı verilen kadınların durumunu anlatır:

'Köyümde kadınlara ayakkabı vermek de dâhil olmak üzere farklı şeyler denedik. Ve deliye döndüler. Bazı kadınlar ayakkabıları giymedi. Ve giydiklerinde de, ayaklarının bir süreliğine de olsa toprağa basmasını sağladılar. Dünya üzerinde ayakkabı giymenize gerek duymayacağınız bir yer bir şehir parkında bir battaniye üzerinde ayakta durmanız gerekse bile bulmaya çalışın.

Bu şekilde bedeninizin topraktan enerji çektiğine ve toprakla enerji değiş tokuşu yaptığına güvenin. Enerjik olarak hiçbir şeyin olmadığını hissetseniz bile, basit bir şekilde ayaklarınızın altındaki toprağı fiziksel olarak hissetmeniz için kendinize izin verin.

Yerde Yatın

Toprak üzerinde sadece yatarak biraz zaman geçirin. Gevşeyin. Kabul edin. Zihninizi boşaltın ve toprağı hissedin. Elizabeth Frediani sırt üstü yatmayı tavsiye eder. Şöyle yazar:

"Toprağın kendisi karanlığın ve Büyük Gizem'in bir parçasıdır. Bazılarının onu kontrol etme çabalarına rağmen, kendi döngüsüne göre hareket eder ve kendi enerji matrisinde yaşamaya devam eder. Yerküre ile bağımız temel ve spiritüeldir. Bedenlerimiz, ruhlarımız ve bilincimiz onun tarafından beslenir ve bilgilendirilir. Ondan almamız doğuştan gelen bir hakkımızdır ve ona bir yuva, şifacı ve yaşayan bir varlık olarak saygı duymamız bizim sorumluluğumuzdadır.

Yerküre'nin ruhunuzu ve bilincinizi beslediğini bilerek ona gidin. Bedeninizi toprağın üzerine yerleştirin. Hiçbir düşünceniz olmaksızın orada yatın, sırt üstü yatıp uzanın ve Yerküre'nin enerjisini kabul edin, sizin enerjinizi hareket ettirmesine ve yeniden düzenlemesine izin verin.

Alıcılığınızın sessizliğinde karanlığın gizemiyle ve dinginlikle titreşime girersiniz. Yerküre'nin derin ritmik yaşam gücünden yumuşak ve bazen belirgin yenilenmeyi fark edersiniz. Düşünceleriniz değişecektir, duygularınız dengelenecektir, bedeniniz ve enerji sisteminiz uyumlu hale gelecektir."

Yiyeceğinizi yetiştirin: Kendi bahçenizi yaratın veya umumi bir bahçeye katkıda bulunun.

Bu alıştırma için yiyecek yetiştirmeyi ve yeni baştan yemek yemeyi deneyimlemeniz gerekir:

Bir bahçe yaratın: Bahçeyle uğraşmak çok zaman alabilir, ama böyle olmak zorunda değil. Bir bahçe için yeriniz yoksa bile, yine de pencere pervazınızda bitki bahçesi oluşturabilirsiniz. Ye-

diğiniz yiyeceği ekebileceğiniz bir yol bulun ve yetişmesine katkıda bulunun. Küçük bir bitki bahçesi bile, sihir ve keşif yeridir.

Ortak bir bahçeye dâhil olun: Ortak bir bahçede kısa bir süreliğine gönüllülük de olsa veya taze sebzeler karşılığında çalışma bile olsa bunu yapın. Bunu ailenizle ve çocuklarınızla birlikte yapabilirsiniz.

Tarla üretiminde yer almak için yerel bir çiftlikte gönüllü olun: Bugünlerde birçok yerel çiftlik çalışma karşılığında yemek verdikleri programlar sunuyorlar. Ailenizi getirin ve yerel bir çiftliğe katılın, yetişmesine yardımcı olduğunuz sağlıklı gıdaların keyfini çıkarın. Bu son iki öneri aynı zamanda topluluk gücünü onurlandırmanın ve yaratmanın mükemmel yollarıdır!

Yukarıdaki bu önerilerin, zamanınızı ve paranızı nasıl harcadığınıza dair önceliklerinizi yeniden düzenlemeniz anlamına gelmeleri muhtemeldir. Ama yerküre ile bilinçli bir bağlantı, yaşamınızda önceliğiniz olabilir. Hem yerküre için, hem de kendi fiziksel ve spiritüel sağlığınız için bu mecburidir.

Yemeğinizle bilinçli olarak bağlantı kurma, yerküre ile bilinçli olarak bağlantı kurmanız açısından son derece önemlidir. Yiyecek, bilincin yerküre ile karşılaştığı en mahrem alan olan kendi bedeniniz haline gelir. Eğer sağlıksız gıda seçimlerinizle bedeninize zarar verirseniz, yerküre ile derin ve besleyici bir ilişki yaratma potansiyelinizi engellersiniz. Eğer sağlıklı yemek yemezseniz veya bilinçsizce yerseniz, yeme alışkanlıklarınızı değiştirmek muhtemelen duygusal bedeninizde de etkiler yaratacaktır. Bu, yiyeceğin ne kadar güçlü olduğunun ve ne kadar güçlü olabileceğinin bir işaretidir.

Bedeninizi Sevin

Bu alıştırma bir yaşam biçimidir. Kadınlar kendilerine zarar vermeye eğilimlidirler. Genellikle bu kadar yaygın fiziksel ve psişik şiddetin denekleri, bedenlerimiz ve diğerleriyle, yerküreyle

paylaştığımız bedenimiz olmasından dolayı, bedenlerimizi ihlal etme yoluyla kendimizi incitiriz. Eğer bedenlerimizi bilinçsizce kontrol edip onlara zarar verirsek, bedenlerimizi diğerleri tarafından zarar görmekten alıkoyacağımızı hissedebiliriz. Mantıksal düşünme elbette tartışmaya açıktır. Panzehir kendi bedenlerimizi sevme, böylece ayakta kalmaları için yeterince güçlü olmalarını sağlama ve karşımıza çıkabilecek herhangi bir şiddeti imkân dâhilinde dönüştürmedir.

Tüm olumsuz düşünce ve inançlarımızdan dolayı, sevgiyi veya minnettarlığı direkt hissedemeyebiliriz, aına sevgiyle çalışma alıştırmaları yapabiliriz. Ve bu sevgiyi, yerküreyle bağlantı kurmanın ve ona saygı duymanın bir yolu olarak fiziksel doğamıza yönlendirebiliriz. Bedeni sevdikçe, aslen spiritüel bir güç olan sevgiyi fiziksel dünyaya getiririz. Bunu kendimiz için ve elbette diğerleri için yapabiliriz. Bunu sevgiliye, bir çocuğa, bir arkadaşa veya evcil bir hayvana dokunarak doğal olarak yaparız. Genellikle sevginin ne kadar canlı olduğunu, bütün olma ve sağlıklı olma özlemimizin, kendimizi ve diğerlerini iyileştirmek için ihtiyacımız olan sevgiyi bize nasıl çektiğini bilmeyiz. Sevgiye nasıl yol göstereceğimizi ve yönlendirebileceğimizi bilmeyiz ve bunu yapmamız gerektiğini idrak etmeyiz.

Bedenlerimizi Nasıl Severiz? İşte Bazı Basit Öneriler:

Sessiz bir şekilde oturun ve içten dışa, dikkatli bir şekilde bedeninizi tarayın. Bedeninizin bir parçası özel bir ilgiye ihtiyaç duyuyor mu? Neye ihtiyacı olduğunu sorun. Eğer net bir cevap alırsanız, ihtiyaca uygun bir şekilde karşılık vermeye çalışın. Eğer net bir cevap alamazsanız sorun değil. Bedeninizin yaşayan bir varlık olduğunu unutmayın: o bir bilinç türüdür. Tıpkı bir çiçeğin veya toprağın herhangi bir parçasının onunla ilişki kurulduğunu bilmesi gibi, sizin onunla ilişki kurduğunuzu bilecektir. Bu biliş, ilişkinizi derinleştirmek için güçlü bir temeldir.

Sağlıklı beslenin. Bunu tekrar tekrar tavsiye edeceğiz. Yiyecek bir vasıtadır, sevgi de dâhil olmak üzere enerjinin, parçası olduğumuz tüm yaşam ağı yoluyla iletilme yoludur.

Bedeninize müteşekkir olun. Banyo yaparken veya duş alırken veya yalnız yatakta uzanırken olduğu gibi, sessiz bir zaman ve mekân bulun. Bedeninizi görebildiğinizden, dokunabildiğinizden veya onu fark edebildiğinizden ve kabul edebildiğinizden emin olun. Hayatta olduğunuza dair merak ve hayranlıkla dolu olan bir zihinsel duruma kendinizi sokun.

Bedeninizin sizi hayatta tutan parçaları kalbiniz ve organlarınız için ve bedeninizin sürekli olarak birçok şekilde size hizmet eden parçaları için şükredin. Bilincinizi bedeninizde gezdirirken, her bir parçasına dokunun, her bir parçasını inceleyin veya içten hissetmeye çalışın.

Bedeninize sevgiyle, bilinçli olarak dokunun. Kadınlar diğerlerine dokunurken sevgiyi nasıl kullanacaklarını bilirler. Hayvanları nasıl okşadığımızı veya çocuklarımızın saçlarını nasıl taradığımızı veya eşimizin sırtını nasıl sıvazladığımızı düşünün. Bunu bilinçsiz bir şekilde veya sevgiyle yaptığımızda aradaki farkı içgüdüsel olarak biliriz. Sevgiyi etkinleştirmek genellikle bilinçli bir karardır, isteklilik ve özel bir ilgi gerektirir. Bu ilgiyi kendi bedeninize çevirin.

Bu öneri, bedeninizle doğrudan, sevgi dolu bir bağlantı kurmanıza yardımcı olmak içindir. 'Git başka biri sana masaj yapsın!' olarak tercüme edilemez. Başka birinin masaj yapması canlandırıcı olabilir, ancak aynı zamanda bizi sevmenin başka birinin işi olduğuna dair veya diğerlerinin bizden daha fazla bizi sevme kapasiteleri veya sorumluluğu olduğuna dair fikri güçlendirmenin bir yolu da olabilir. Sevgi her zaman kullanılabilir, diğerlerine olduğu kadar kendinize de sunmayı öğrenin.

Özleminizi yerküreyle ve bedeninizle bağlantı kurmak için kullanın. Bu alıştırma, yerküreyle bilinçli bağlantınızı uyandırmak ve derinleştirmek için özlemin gücünü kullanır.

Sessiz bir yerde uzanın veya oturun. Bedeniyle doğal olarak iletişim halinde olan, bedeninin bilgeliğinin doğal olarak farkında olan, yerküreye ve yerkürenin ruhlarına doğal olarak uyumlu olan bir insan olduğunuzu düşünün.

- Dışarıya doğaya çıkıp kuşların ne söylediğini duymak ve bilmek kendinizi nasıl hissettirirdi?

- Hiç Dr. Doolittle gibi olmayı ve hayvanların ne düşündüğünü ve neye ihtiyaçları olduğunu bilmeyi istediniz mi?

- Bazı yerli insanların yaşadıkları ve hâlâ yaşıyor oldukları şekilde yerküreyle, ihtiyaçlarıyla ve döngüleriyle bilinçli bir birlik durumunda yaşamaya dair özlem duydunuz mu?

- Kıskanacağınız bir şekilde kendinden emin görünen birini tanıyor musunuz?

- Kendiniz hakkında daha iyi hissetme veya uyum sağlama arayışınızda, bedeninize beslenmeye yönelik kısıtlamalar dayatmaktan sıkıldınız mı?

Yerküreyle ve kendi bedeninizle daha uyumlu ve sağlıklı bir ilişki istemenize, buna ihtiyaç duymanıza ve bunu özlemenize izin verin. Bütünlük özleminizin ve dünyevi benliğinizle bağlanma gücünüzün büyümesine izin verin. Eğer bu gözyaşlarına veya öfkeye neden oluyorsa, gayet doğaldır. Özleminizin içinizden salıverilmesine, gerçekte neye ihtiyacınız olduğunu size hatırlatmasına izin verin.

İhtiyaç duyduğunuz şeye ihtiyaç duymanıza izin verin. Ve bu derin ihtiyaç durumundan çıkarken, değişmek için herhangi bir söz vermeyin veya vaatte bulunmayın; sadece bu ihtiyaca saygı duyacağınıza, onu kabul edeceğinize ve yaşamınızda var olmasına izin vereceğinize söz verin.

Yerküre İçin Dua Edin

Dini düşüncelere dair uygulamalarınızın herhangi birinin meditasyon, dua, adak yerküreyi içermesine izin verin. Kendi kuralları olan resmi bir meditasyon uygulamasına dahi kalkışsanız, uygulamaya başlamadan önce, yerküreye sunmak için uygulamanızın başına birkaç dakika ekleyin. Tanrı'ya, İsa'ya, Allah'a, bir Tanrıça'ya, Birlik'e vs. dua etmeye başlamadan önce, yerkürenin refahı için dua etmeye bir dakikanızı ayırın. Yerkürenin yaşayan bilinçli bir sistem olduğunu kendinize hatırlatın. Tıpkı bedeninizin içinde bir ruh olması gibi, yerkürenin içinde de kendi ruhunuz gibi tekâmül edebilen bir ruh olduğunu düşünebilirsiniz. Kendi ruhunuz yerkürenin ruhundan alabilir ve ona verebilir. Bunu aklınızda tutarak, dini düşüncelere dair spiritüel uygulamalarınızın yerkürenin ruhu üzerinde sahip olabileceği etkileri düşünün.

Takip eden paragraf, Llewellyn Vaughan Lee tarafından yazılan bir makaleden dualarınızda yerküreye yer vermek ile ilgili bir alıntıdır.

"Yerküre dualarımıza sandığımızdan daha çok ihtiyaç duyar. Onun kutsal doğasını, onun sadece kullanılacak ve atılacak bir şey olmadığını kabul etmemize ihtiyaç duyar. Birçoğumuz diğerleri için duaların ne kadar etkili olduğunu, en beklenmeyen zamanlarda bile şifa ve yardımın nasıl verildiğini bilir. Yerküre için dua etmenin birçok yolu vardır. Başlangıç olarak onun 'hissetmeyen bir madde' olmadığını, bize hayat veren canlı bir varlık oldu-ğunu kabul etmek yardımcı olabilir ve sonra acı çekmesini hissedebiliriz: ölen canlı türlerindeki ve kirli sulardaki fiziksel acı çekmeyi kutsal doğasına karşı kolektif aldırmazlığımızın son derece derin acısını hissedebiliriz. Fiziksel bir nesneymişiz gibi kullanılmamızı ve istismar edilmemizi ister miydik? Kutsal doğamızın, ruhumuzun yadsınmasını ister miydik? Yüzyıllar boyunca dünyanın, ruhu olan yaşayan bir varlık olduğu ve bizim de onun bir parçası olduğumuz hissedilmiştir. Bunu zihnen ve kalben bir kez hatırladığımızda, acı çeken, can veren dünyamızın çığlığını bir kez duyduğumuzda, dualarımız

daha kolay ve doğal bir şekilde akacaktır. Kendi bildiğimiz şekilde dua etmeye yönleniriz. Kendimizi içsel olarak İlahi Olan'a sunduğumuzda, dünyayı yaşayan bir varlık olarak kalplerimize yerleştirmeye dair temel bir istek vardır. Dünyanın üzüntüsünü ve acı çekmesini kalben düşünürüz ve dünyanın hatırlanmasını, ilahi sevgi ve merhametin ihtiyaç duyulduğu yere akmasını dileriz. Dünyaya o kadar kötü bir şekilde davranmaya devam ettiğimiz halde, ilahi lütuf bize ve dünyaya yardım edecektir dünyanın tekrar dengeye getirilmesine yardım edecektir. İlahi Olan'ın gücünün, dünyayı çorak araziye çevirmeye devam eden tüm küresel şirketlerden, hatta gezegenin can damarını sömüren tüketimciliğin küresel güçlerinden bile daha fazla olduğunu hatırlamamız gerekir. Hepimizin birer parçası olduğumuz İlahi Olan'ın, bu güzel ve acı çeken dünyayı kurtarabilmesi ve iyileştirebilmesi için dua ederiz.

Bazen toprağı ellerimizde hissederken, bahçemizde çalışırken, çiçek ve sebzelerimizle ilgilenirken dua etmek daha kolaydır. Veya yemek pişirirken, toprağın bize verdiği sebzeleri hazırlarken, bize zevk veren bitki ve baharatları karıştırırken. Veya sevgilimizle bedenimizi ve mutluluğumuzu paylaşarak sevişirken, evrenin gücünün hassasiyetini, küçük bir kıvılcımın doğuma nasıl yol açabileceğini hissedebiliriz. Sevişmemiz, evrenin coşkunluğunun tam olarak hissedilen anı, yaşamın kendisine bir sunu olabilir.

Yaşamın ilahi birliği içimizde ve tüm çevremizdedir. Bazen doğada yalnız yürürken kalp atışını ve mucizesini hissedebiliriz ve adımlarımız anma adımlarına dönüşür. Attığımız her bir adımda kutsal toprakla bağımızı hissettiğimiz 'kutsal bir şekilde yürüme' ile ilgili basit bir uygulama, yerkürenin yaşayan ruhuyla tekrar bağlantı kurmanın bir yoludur. Evren için ve evrenle birlikte dua etmenin, spiritüel uygulamamızda kalbimizi dinleme ve yerküreyi de dâhil etmenin birçok yolu vardır. Güneşin doğuşunun mucizesini izlemek, başlı başına bir dua olabilir. Veya sabah vakti kuşların korosunu dinlediğimizde, yaşamın o daha derin keyfini hissedebilir ve ilahi doğasının farkına varabiliriz. Geceleri yıldızlar bize, içimizdeki ve dünyadaki sonsuzluğu ve ebediyeti hatırlatabilir. Mucize veya duaya her ne şekilde çekilirsek çekilelim, önemli olan şey daima bu yakın değiş tokuşa karşı takındığımız tavırdır:

dualarımızın sadece zihinsel bir tekrardan ziyade, kalben hissedilip hissedilmediğidir. İlk bağlantımızı ayaklarımızla veya ellerimizle kursak dahi, dualarımızın duyulması her zaman kalp vasıtasıyla gerçekleşir. Gerçekten dünyanın acı çektiğini ve ihtiyaçlarını hissedebiliyor muyuz? Evrenle bu bağlantımızı, bu güzel ve acı çeken varlığın nasıl bir parçası olduğumuzu hissedebiliyor muyuz? O zaman dualarımız canlıdır, kalbimizden geçen canlı bir akıştır. Sonra her adım, her dokunuş yerküre için bir dua, kutsal olanın bir hatırası olacaktır. Yaratıcısına seslenen, ihtiyaç anında çığlık atan bir dünyanın parçasıyız.

Arınma

Reglinize saygı gösterin. Bir sonraki kez regl olduğunuzda, fiziksel kramplarınızın ve duygusal rahatsızlıklarınızın kendi stres veya zorluklarınızla veya çevrenizdekilerinkiyle nasıl ilişkili olabileceğinin farkına varmak için Dr. Sun'ın önerilerini takip edin. İşte bazı diğer özel fikirler:

Eğer tampon kullanıyorsanız, sentetik olmadıklarına veya klorla ağartılmadıklarına emin olun.

Eğer mümkünse, reglinizin bir bölümünde kan akışını engellemeyin. Bir ped veya kanı tutan başka bir şey takın. Kan akışını durdurmak, bir tıkanmayı şiddetlendirebilir veya bedeninizden enerji akışını durdurabilir.

Kanı almayı ve onu bilinçli bir amaçla kullanmayı düşünün. Onu aya sunun, toprağa gömün, başka bir kişi için bir dua edin veya simgesel bir adak olarak kullanın.

Ayın bu zamanını onurlandırmak için bir şey yapın. Örneğin, dinlenmek veya içe dönmek için işten bir gün izin alın ve patronunuza neden izin aldığınızı söylemekten çekinmeyin.

Gücünüzü ihtiyacı olan birine teklif edin. Kadınların kendi bedenlerinde ve enerji sistemlerinde arındırma gücüne sahip olduklarını ve bu gücü, yaşamın hizmetinde kullanabileceklerini idrak etmeleri önemlidir. Kirlenen bir nehir, hastalıktan ölmekte olan bir canlı türü, hasta veya sıkıntılı olan bir arkadaşınızı mı

duydunuz? Regl döneminizde, bu alıştırmayı yapabileceğinize dair güçlü ve sezgili hissettiğinizde, meditasyon yapın ve ihtiyacı olan kişiyi veya ihtiyaç duyan şeyleri arındırmak için gücünüzü bilinçli olarak sunun. Acı çeken bireyi aklınıza getirebilir veya yaşamdan sadece gücünüzü alıp ihtiyaç duyulan yerde kullanmasını dileyebilirsiniz. Eğer başkalarına 'yardım etmeye' veya 'kurtarmaya' dair güçlü psikolojik kalıplarınız varsa, bunu yapmayın. Eğer spiritüel gücünüz kendi kendine zarar veren psikolojik biçimlendirme ile zorlanırsa, kendinize zarar verirsiniz.

Bu alıştırmayı yaparken, başkalarına yardım etme ve arındırma gücünüze sahip olmanız gibi, daha engin olan dünyaya dayanan yaşam ağının sizi arındırma gücüne sahip olduğunu idrak edin. İhtiyacı olan birine gücünüzü sunmanızdan sonra, dünyanın arındırıcı yapısının size yardım etmesini isteyin. Bu her iki niyeti aynı anda taşıyabilirseniz, daha iyidir. Bu alıştırmayı tamamladıktan sonra toprak üzerinde yatabilirsiniz.

Kadınların Regl Töreni

Kadınların arındırma gücü, diğer kadınlarla bir araya geldiklerinde güçlenir. Kadınların arındırma güçlerini kullanmalarının en etkili yollarından biri, diğer kadınlarla toplanmaları ve bu gücü ihtiyaç duyulan yere bilinçli olarak yönlendirmeleridir. Bu sadece bu gücün ve yaşamlarımızda nasıl işlediğinin kutlanması veya kabul edilmesi değildir, aynı zamanda bireylerin, topluluğun ve çevrenin iyileştirilmesinde bu gücün kullanılmasının bir yoludur. Bu, çoğu kadının hâlihazırda atmadığı bir adımdır. Spiritüel tarafımız bu gücü kendi iyileşmemiz ve dönüşümümüz için nasıl kullanabileceğimize oldukça odaklanmıştır. Bu elbette önemlidir ve gücümüz kendimiz için kullanılabilir, ama kadınlar yaşamın kendisine hizmet etmek için bir araya geldiklerinde güçlerinin etki alanı bireyin çok ötesine genişler. Ve o büyük resmin bir parçası olduğumuzdan dolayı, o işleme biz de dâhil oluruz.

Kadınların törensel adet gruplarının oluşmasının bir kurallar kitabı yoktur. Bir grup kadın bulun ve bazı niyetler belirleyin ve bir araya gelin!

Niyetlerle İlgili Bazı Fikirler:

Gücümüzü ihtiyacı olan şeyi arındırmak üzere kullanmaya niyet ediyoruz. Bir araya gelmeye ve gücümüzü yaşama sunmaya niyet ediyoruz.

Yaşama hizmet etmeye niyet ediyoruz; gücümüzün ihtiyaç duyulan yere gideceğine inanıyoruz. Yaşamın ihtiyacımız olduğu üzere bizi yenileyeceğine inanıyoruz.

Regl grubunuz buluşmadan önce, arındırma veya dönüşümün nerede ihtiyaç duyulabileceği ile ilgili yaşamdan edinilebilecek bilgilere karşı özellikle dikkatli olun. Bir meslektaşınızın kanser hastası olduğunu duyabilirsiniz. Haberlerde uzak bir ülkede kirlenmiş bir göl ile ilgili bir hikâye duyabilirsiniz. Rüyanızda kendi bedeninizde bir yerde siyah bir bulut görebilirsiniz. Arındırma amacıyla kadınlarla toplandığınızda, sırayla gruptaki herkes neyin şifaya ihtiyaç duyduğunu hissettiğini söyleyebilir. Bunu birkaç dakikalık sessizlik takip etsin ve bu sırada enerji ve gücünüzün gereken yerlere gideceğine inanın.

Bilgeliğiniz için bir vasıta olun. Bilgeliğiniz iyileştirecek ve arındıracaktır ve bilgelik kendi bedeninizle yakınlığınıza dayanır. Kendi bedeninize saygı duymaya, onu korumaya ve itibarını savunmaya dair istekliliğiniz 4.bölümdeki kanser tedavisi sırasında bedenine gereksiz bir şekilde iz yapılmasını reddeden kadın gibi dönüşüm için bir vasıtadır. Dünyamızda her kadın aniden kendi bedenine saygı duymaya istekli olsaydı ve diğerleri ve toplum tarafından kendi bedeninin aşağılanmasına katılmayı reddetseydi ne olabileceğini bir düşünün.

Size neyin doğru ve neyin yanlış geldiğine dair kendi farkında' lığınız ve bu farkında' lığınızı savunma cesaretiniz kilit noktadır. Çevrenizdeki insanların diğerlerinin nasıl göründüğü

hakkında alay etmelerine veya diğerleri ile ilgili olumsuz bir şekilde dedikodu yapmalarına artık müsaade edemediğinizi görebilirsiniz. Bedeninizi kutlamak veya ona yeni bir şekilde özen göstermek için yeni bir tarzda giyinmeye kendinizi yakın hissedebilirsiniz. Neyin iyi ve doğru olduğuna dair kendi iç pusulanız, arınma yolunu gösterecektir. Bedeninizi dinleyin ve içgüdülerinizi takip edin.

Aydınlanmış Cinsellik

Sevişirken enerji yapınızı yaşamın kendisiyle ve diğer bir insanla paylaşmanın gizemini düşünün lütfen. Tahrik olduğunuzda nasıl açık hale geldiğinizi idrak edin ve hissedin; bu açıklığın gücünün, bu özel an sırasında enerji sisteminizin enerjiyi nasıl özümsediğinin ve ilettiğinin farkına varın. Seviştiğinizde, özellikle anda kaldığınızda ve hassas olduğunuzda ne olduğunu hissedin. Ne verildiğini ve ne alındığını hissedin. Ne verildiğini veya neyin değiştiğini fark etmek için öncesinde, sırasında ve sonrasında eşinizi dinleyin. Kendi içinizde neyin değiştiğini hissedin.

Sevişirken gücünüzü etkinleştirmenin belirli kuralları yoktur. Dikkatli olun, ne olduğunu hissedin, kendinizi verin ve cinselliğin kutsal olduğunu idrak edin. Kendinizi kiminle paylaştığınız hususunda çok dikkatli olun. Sevişmenin kutsal olduğunu anlayın.

Anne/Kız Törenleri

Günümüzdeki genç kızların kendi adet dönemlerine ve kadınların toplanmasının gücüne saygı duyarak büyümelerini garantiye almak için kadınların bir araya gelmeleri önemlidir. Kadınlığın ve özel olarak reglin gücünü onurlandırmak için anneleri ve kızlarını bir araya getirmek, bu kızların bedenlerini nasıl takdir edecekleri ve ona nasıl saygı duyacakları ve kadın olmayı nasıl deneyimleyecekleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olacak-

tır. Kendiniz ve toplumunuz için işe yarayan bir yapı geliştirebilirsiniz. İşte size Seattle yakınlarında bir grup kadın tarafından geliştirilen bir grupla sağlanan bir örnek. Bu örnek dört temel unsurdan oluşuyor: ***Paylaş, Kutla, Ye ve Yarat.***

Bir grup kadın ve kızlarını bir araya toplayın. Kız çocukları ilk regl olma çağında olmalıdır. Bir çember yaparak oturun. Katılımcılar gruba girerken onları kirletmek veya aksine arındırmak isteyebilirsiniz.

Paylaşma: Odada dolaşın, üç basit soru sorun. Tartışmayın. Burada tartışma olmamalıdır. Daha ziyade dinleyin ve paylaşın:

- Gruba hangi hayvan gücünü veya bitki ruhunu veya yardım edecek başka bir varlığı davet etmek istersiniz ve neden?

- Kadın olmak sizin için ne demektir?

- Regl olmak sizin için ne anlama gelir?

Kızların bu sorulara nasıl cevaplar verdiklerine şaşırabilir ve deneyimlerini paylaşan kadınları nasıl dinlediklerinden etkilenebilirsiniz. Daha büyük bir toplulukta anneler ve kızları arasındaki bu paylaşım son derece güçlü olabilir.

Kutlama: Paylaşım bittikten sonra davullar çalınsın, dans edilsin veya bir şekilde şarkı söylensin. Seattle'deki bu grubun dört kişilik bir davulu vardı, kızlar ve anneleri birlikte davul çalıyorlardı.

Yeme: Herkes tarafından getirilen yiyeceği veya yeni regl olmuş bir kızın annesi tarafından sunulan yiyeceği paylaşın.

Yaratma: Seattle'deki bu grup, anneler ve kızlarının regl olduklarında takabilecekleri kolyeler yapıyorlardı. Genç bir kız 'Annem kolyesini taktığında, onun daha yardımsever ve anlayışlı olduğunu biliyorum.' dedi. Bir anne 'Kolyesini taktığında, onu daha rahat bırakmaya ve genelde sorumlu olduğu günlük işleri yapması için onu zorlamamaya dikkat ediyorum.' dedi. Ayın bu önemli zamanına saygı duymak için anne ve kızları arasındaki

bu gizli işaretler, bir çeşit yakınlık ve anlayış biçimidir, tüm kadınlar arasında olan şeye saygı duyma yoludur.

Güzellik

Bu gücü etkinleştirmenin en önemli yollarından biri, çevrenizdeki insanların ne söylediğinden veya yaptığından bağımsız olarak onu hissetmek ve tanımak, ona inanmak, onu paylaşmak için kendinize alan yaratmaktır. Bu süreç, kendiniz için hem içten hem dıştan neyin güzel olduğunu hissedebildiğiniz zaman ve mekânı içerir. Bu kulağa basit gibi gelse de, çoğumuz bunu tam anlamıyla yapmaz. Genel topluluğun 'çekici' bulduğu ve alıştırdığı şeylere rağbet etmek daha kolaydır. Daha güvenli bir yoldur ve ataerkil kültür tarafından kolektif olarak korkutulan kadınlar için güvenlik önemlidir. Ancak herhangi bir kadın için en güvenli yer, kendisi hakkındaki bilgisi ve kendine olan inancıdır. Bu düşünceyle lütfen takip eden bölümler için zaman ayırın.

Güzelliği Bulun

Canlı olan her şey, güzellik için bir araçtır. Onu bulabilir misiniz? Bu alıştırma için güzelliğin zaten mevcut olduğuna dair inancınızı geliştireceksiniz. Güzelliği yaratmanız gerekmiyor, daha ziyade mevcut olan güzelliği bulup onu kabul edeceksiniz. Bu, insanlar için ve özellikle doğanın tüm yönleri için geçerlidir. Nesneler için de geçerli midir? Yırtık pırtık koltuğunuzda veya kirli pencere pervazınızda güzellik var mıdır? Oradaki güzellik nedir? Nereden gelir?

Gördüklerinizle ilgili neyin güzel olduğunu not etmek için bir günlük tutun. Kendinize meydan okuyun. Bir caddeye gidin, bir banka oturun ve gözünüze ilk çarpan şeyi fark edin. O nesneyi veya kişiyi not edin ve güzelliğini tarif edin. Sizi rahatsız eden bir şeye veya çekici görünmeyen bir şeye bakıyor olsanız bile vazgeçmeyin.

Güzelliğinizi Bulun

Bu, yukarıdaki alıştırmayla ayrıdır, ama şimdi dikkatinizi kendinize verin. Bedeninize bakın ve güzel olanı yazın. Her bir yönünüzü, hiçbir şeyi hariç tutmayın. Bedeninizin çekici bulmadığınız bir bölümüne ilgi gösterdiğinizden emin olun ve 'Buradaki güzellik nerede?' diye sorarak kendinizi bilgiye açık tutun, güzelliğin orada olduğuna inanın ve bilin.

Şimdi karakter özelliklerinizi düşünün. Nezaket ve cömertlik gibi daha çekici niteliklerinizi düşünün ve bunların neden güzel olduğunu tarif edin. Öfke ve adilik gibi daha az çekici niteliklerinizi düşünün ve onların da güzelliği nasıl barındırdığını keşfedin. Bu yönlerinizin de neden güzelliğin ifadeleri olduklarını bulmadan ve onları tarif etmeden vazgeçmeyin.

Güzellik Yaratın

Eğer bir sanatçıysanız veya bir şeyler yaratmaktan keyif alıyorsanız, bulabildiğiniz şeylerle güzellik yaratmanızı gerektirmesi açısından bu alıştırma yine de harika bir alıştırmadır. Bu, güzellik yaratmak için bir şeyler satın almakla ilgili değildir güzel bir kazak örmek için dışarıya çıkıp yeni yünler almayın veya güzel gözükmek için yeni ayakkabılar almayın. Çevrenizde güzellik yaratmak için büyük ya da küçük yollar bulun. Kendi enerjinizin ve bilincinizin güzelliğin gücüyle birlikte çalışabileceğini idrak edin. Güzellik mevcuttur ve çoğaltılabilir. Dışarıdan bir çiçek veya bitki getirerek ve onun için evinizde tam doğru yeri bularak doğanın güzelliği ile yakın ilişki kurun. Doğa ile eviniz arasındaki bu yeni düzenleme, her ikisinin de güzelliğini nasıl ve neden ortaya çıkarır?

Hayal gücünüzün ve sezginizin kılavuzlarınız olmasına izin verin. Aşağıdaki şeylerle evinizin içini veya dışını güzelleştirin:

Bir taş veya taşlar

Bitkiler veya çiçekler

Bir ince dal veya çubuklar

- Gazeteleri veya kitapları yeniden düzenleyin, böylece size daha güzel görünsünler.
- Dolabınızı açın ve sakladığınız yiyeceklerden veya tencere ve tavalarınızdan güzellik yaratın.
- Güzelliklerini ifade etmenin yeni bir yolunu bulmak için mobilyalarınızı yeniden düzenleyin.
- Gardırobunuzun çekmecesini açın ve kıyafetlerinizi orada nasıl muhafaza ettiğinizle ilgili yaratıcı olun.
- Burada bırakmayın... Her gün, evinizde ve çevrenizde bulduğunuz nesnelerle bilinçli olarak güzellik yaratın.

Güzellik Sunun

Güzellik yaratmaya dair yukarıdaki deneyiminizi evinizin dışına, kamusal alanlara taşıyın. Güzelliğin anda sahip olduğu gücü idrak edin ve diğer insanların yarattığınız şeye tepkilerini görmek için orada olamasanız bile, güzelliğin yine de gücü olduğunu bilin. Bir şehir parkında, bir ofis binasında, bir kaldırımda veya bir restoranda güzellik yaratın. Bir yol üzerinde veya bir arkadaşınızın garaj yolunda taşları belirli bir şekilde yerleştirin. Bir toplantıdan önce ofiste bir çay kahve tepsisini yeniden düzenleyin. Parktaki bir bankın üzerine şiir iliştirilmiş bir çiçek bırakın. Güzelliğin sadece sizin sahip olduğunuz veya sadece sizin kontrol edebileceğiniz bir şey olmadığını bilerek güzellik yaratın ve uzaklaşın. Yaşamın kendisine güzellik sunun.

Güzelliği Kabul Edin

Güzellik bilinçli yapıldığında veya tanındığında, son derece güçlü bir şey meydana gelir. Dışarı çıktığınız bir dahaki sefere bir şey bulun ve güzelliğini kabul edin. Doğanın bir yönünün bir ağaç veya bir taş dikkatinizi çekmesine izin verin. Ona ne kadar güzel olduğunu söyleyin. İlla kelimelere ihtiyacınız yok, ancak

konuşmak isterseniz, o da olur. Veya güzelliklerini kabul edişinizi zihinsel olarak veya dokunarak ifade edebilirsiniz. Sevgiyle bir taşa dokunun, sevgiyle bir ağacı okşayın, güzelliği ile sizi etkilediği için bir çiçeğe teşekkür edin. Aynı şeyi mobilyalarınıza ve evinize yapın güzelliklerini keşfedin ve belki onları temizleme, tamir etme veya onlara özen gösterme gibi yollarla bir şekilde bunu kabul edin.

Şimdi bu alıştırmayı insanlarla yapmayı deneyin. Biriyle bir sonraki defa bir araya geldiğinizde, onun hakkındaki bir şeyi nasıl güzel bulduğunuzu paylaşın. Dürüst olun. Bunu hafife almayın. Başka bir kişideki bir tavırdan, bu dünyada var olmalarından, davranışlarından veya söyledikleri bir şeyden, saçlarını toplama biçimlerinden veya seçtikleri kıyafetlerden bile etkilenmiş olmanız gerekir. Güzel olan şeyi bulun ve onu kabul edin. Bu güzellik bilinçli hale getirildiğinde, sizinle bu diğer kişi arasında ne olduğunu görün.

Güzellikle Yürüyün

Güzellik bölümünün sonundaki Navajo ilahisini tekrar okuyun ve güzellikle nasıl yürüyeceğinizi düşünün. Kendi çevrenizi yenileyebileceğiniz ve uyumlu hale getirebileceğiniz bir şekilde güzellikle birlikte olabilir misiniz? İçinizde güzelliği hissedebilir ve onu dış dünyaya döndürebilir misiniz? Bunu yapmak için sevgiyle çalışın. Kalbinizi açın, içinizdeki güzelliği hissedin ve dokunma, hareket, nefes veya kelimeler vasıtasıyla onu dışarı çıkarabilmek için sevgi ve ilgiyi kullanın. İçinizdeki güzellik dışınızdaki hayatı nasıl etkiliyor? İşlemi tersine çevirip içinize güzelliği çekebilir misiniz? Bu durum içinizdekileri nasıl yeniler?

Topluluk

Yukarıdaki alıştırmaların birçoğu, sizin ve çevrenizde yaşayan varlıkların arasındaki bilinçli bağlantıyı teşvik ettiğinden do-

layı, topluluğun yaratılmasına yardımcı olur. Lakin daha fazlasını aşağıda görebilirsiniz.

Yeni Bağlantılar Yaratın

Topluluğunuzda komşularınız arasından veya işyerinizden çok iyi tanımadığınız birine selam verin veya ona yardım edin. Çok samimi olmadığınız, ancak yaşadığınız veya çalıştığınız alan gibi kaynakları paylaştığınız biriyle ilişkinizin gerekliliklerini yaratın ve kullanın. Bu bir arkadaşlığa dönüşebilir, ancak çok kişisel olmadan bir topluluk yaratabileceğinizi de göz önünde bulundurun. Ondan ne elde edebileceğinizi bilmeden, diğerleriyle ilişkinizi beslemekten korkmayın. Sadece bağlantı kurun ve sürdürün...

Yürüme Mesafesindeki Kadınlar

Bu alıştırma, Washington'ın batısındaki bir kırsal alanda yaşayan bir grup kadından doğar. Bu kadınlardan birkaçı, komşularını daha iyi tanımak istediklerini hissettiler. Böylece bir grup komşularını davet ettiler ve ayda bir birbirlerinin evinde gerçekleşen bir grup yemeği olan Yürüme Mesafesindeki Kadınlar (Women Within Walking Distance (WWWD)) etkinliğini oluşturdular. Her ay kadınlar ev sahipliği yapan kişinin evine yiyecek ve içeceklerle gidip komşularını daha iyi tanıdıkları bir akşamın tadını çıkardılar. Elbette bunu erkeklerle de yapabilirsiniz, ama sadece kadınlar farklı bir atmosfer yaratabilir, kocaları ve eşlerinin olduğu duruma göre toplum bağlarını belki daha çok güçlendirebilir. Bu kadın grubu için buluşmalar iki yıldan fazla sürdü. Arkadaşlıklar gelişti, ancak çok sade, daha az kişisel olan deneyimlerdi muhitte emniyet ve güvenilirlik hissi, birbirine karşı rahat olma hissi ve kendini ayrı hissetmeme hissi gibi deneyimlerdi.

Muhtaç Bir Çocuğun Rehberi; Koruyucu Ailesi; Ablası Olun

Bunlar topluluk algınızı genişletmek ve kızlardan ve kadınlardan oluşan topluluğu güçlendirmek için harika yollardır. Zaten çocuklarınız var diye sakın tereddüt etmeyin. Batı'da, özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde, çekirdek aile bizi daha geniş bir topluluk hissinden ayrı tutabilir. İmkânlarımızı finansal ve duygusal çocuklarımız ve onların geleceği için elimizde tutarız ki bu da çok önemlidir, aynı zamanda bu, kaynakların daha geniş bir topluluğa akışını kısıtlayan bir sınırlama olabilir. Muhtaç bir çocuğu hayatınıza alın. Ailenizin ötesinde sorumluluklarınızı genişletin. Bunu yapmanın birçok yolu vardır.

Uluslararası Bir Projeye Katılın

Dünyanın bir ucundan bir kişiyi kapsayacak şekilde topluluğunuzu genişletin. Ayda birkaç dolara başka bir ülkeden bir çocuğa, bir kadına, bir girişimciye destek olabileceğiniz birçok program vardır. Şehriniz hâlihazırda uzak bir topluluğun kardeş şehri değilse, olmasına yardımcı olun. Savaştan zarar görmüş bir ülkedeki bir kadına mektup yazmaya başlayın ve finansal destek teklif edin. Çocuklara yardım eden bir kuruluş vasıtasıyla genç bir çocuğun masraflarını karşılayın. Uzak bir ülkedeki biriyle ilişki kurabilmek için başka bir yol bulun ve finansal ve duygusal imkânlarınızı o kişiyle paylaşın.

Ortak Bir Bahçeye Katılın

Bunu 'Yerküre' alıştırmalarında önermiştik ve bu, hem insanlarla, hem doğayla birlikte bir topluluk oluşturmak için mükemmel bir yoldur.

Özlem

Özlemin gücünü etkinleştirmek, gerçekte ne istediğimizi ve neye ihtiyacımız olduğunu kabul etme ve ona sadık kalma istekliliğimize dayanır. Ve bu kulağa basit gibi gelse de, neden olacağı hassasiyet rahatsız edici olabilir. Gerçek ihtiyaçlarımızı genellikle kontrol edebileceğimiz ve tatmin edebileceğimiz daha yüzeysel ihtiyaçlarla bastırmamızın nedeni budur. Özlemle çalışmak demek, bu eğilime yakından bakmak ve içimizdeki derin ve gerçek olanla ilgili kendimize karşı dürüst olmak demektir.

Gerçekte Ne İstiyorsunuz?

Bu alıştırma düşünebileceğiniz sessiz bir alan gerektirir ve birkaç hafta veya ay sürebilir. Bulabileceğiniz en derin cevaba ulaştığınızdan emin olduğunuzu hissedene kadar bırakmayın. Bu yazmanızı gerektirir, bu yüzden yanınızda bloknot veya günlüğünüz olsun.

En az 20 dakika boyunca rahatsız edilmeyeceğinizden emin olduğunuz sessiz bir alan bulun.

Kendinize 'Gerçekte ne istiyorum?' diye sorun. Cevaplarınızı yazın. Kısa ve öz olarak yazmaya çalışın. (Sonuçta gerçekten isteyebileceğiniz kaç şey olabilir?)

Bulduğunuz her cevapla birlikte kendinize şunu sorun: 'Bunu neden istiyorum?'

Cevapların arkasındaki mantığı düşünün. Sonra kendinize şunu sorun: 'Bu gerçekten istediğim bir şey mi?'

Eğer cevabınız 'Evet' ise kendinize 'Neden?' diye tekrar sorun. Eğer cevabınız 'Hayır' ise, ilk soruya geri dönün 'Gerçekte ne istiyorum?'

Ne istediğinizi neden istediğinize dair gerçeği belirlediğinizde, ilk cevabınızı incelemek için geri dönün. Kendinize şunu sorun: 'İlk cevabım istediğim şeyi elde etmek için en iyi yol mudur?' Yaşamdaki yolunuz için daha kolay, daha doğrudan, daha

elverişli, kültürel olarak daha az belirlenmiş, daha orijinal olabilecek yollar var mıdır?

Örnek olarak, bir kadın 'Gerçekte ne istiyorum?' sorusuna 'Bir eş.' diye cevap verebilir. Sonra 'Neden?' sorusuna 'Böylece güvende hissederim,' 'Böylece sevildiğimi hissederim,' 'Böylece birini sevebilirim,' vs. diye yazabilir...

Bu cevapların her birinin incelenmesi gerekir. 'Sevildiğini' hissetmenin en iyi ve tek yolu 'bir eş bulmak' mıdır? 'Güvende' hissetmenin en iyi ve tek yolu bu mudur? Bu ihtiyaç başka ne tür yollarla karşılanabilir? Başka şeyleri deneyerek bu ihtiyaca saygı duymaya istekli misiniz?

Paranızı Neye Harcadığınızı Düşünün

Bir şey satın aldığınız zaman enerji verirsiniz ve hayatınıza bir şey çekersiniz. Tüketici tercihlerinizi düzeltmek, enerji değiş tokuş dinamiklerini değiştirmek için ve günlük olarak nasıl yaşadığınızla derin özleminizi uyumlu hale getirmek için en etkili yollardan biridir. Kendinize aldığınız şeyi neden aldığınızı ve aldığınız şeye gerçekten ihtiyacınız olup olmadığını sorun. Bunu feragat etmekle sonuçlanacak olan bir kendini cezalandırma işi olarak görmeyin. Bunu sadece alışveriş yoluyla özleminizi nasıl ifade ettiğinize dair bir içgörü kazanmak için bir fırsat olarak ele alın. Gerçekten ihtiyacınız olmayan şeylere para harcadığınızı fark ederseniz, lütfen bunu bırakmayı düşünün. Tüketim tercihlerinizi özünüzdeki değerlerle uyumlu hale getirin. Başka bir ifadeyle, söylediklerinizi (ve kalbinizden geçenleri) uygulayın, lafta bırakmayın!

Yaşama Sizden Ne İstediğini Sorun

Özleminiz gerçekten sizin mi? Arzularınızın sizi belirli durumlara nasıl soktuğunu anlamak için zaman ayırın. Bu koşullar sizden ne istiyor? Yaşam sizin vasıtanızla neyi bulmayı arzuluyor?

Bu soruya cevap vermek için rüya görmeyi veya yaşama doğrudan sormayı da isteyebilirsiniz. Sizin ne istediğinize odaklanmak yerine, yaşamın ne istediğini ve sizden ne istediğini sorun. Gelen cevaba kendinizi adayabilir misiniz? Bu soruya cevap bulmak için rüyalarınız vasıtasıyla tüm çevrenize, içinize bakın.

Alma, Dinle

Başka bir kişiyle aynı fikirde olmadığınız bir dahaki sefer, sadece dinleyin. Tartışmayın. Diğer kişinin ne söylediğini anlayın. Bu dinlemenin hem sizi hem de diğer kişiyi nasıl etkilediğini fark edin bedeninizde neler hissediyorsunuz, diğer kişinin fiziksel durumu siz dinledikçe nasıl değişiyor?

Bir kişinin size iltifat ettiği bir sonraki kez, konuyu savuşturmayın. (Bunu ne zaman yaptığınızı bilirsiniz! Örneğin biri size 'Üzerindeki ne kadar güzel bir etek.' dediğinde siz 'Ha, indirimdeydi!' diye cevap verirsiniz.) 'Teşekkür ederim.' bile dememeye çalışın. Sadece gülümseyebilir veya sadece dinleyip kabul edebilirsiniz. Sözel olarak cevap vermemekle yaratılan bu alanın hem sizi, hem de diğer kişiyi nasıl etkilediğini görün.

Yaşama kulak verin. Bir ay boyunca yaşamın sizinle konuştuğunu varsayın. Ne de olsa yaşam canlıdır ve onunla bir ilişki içindesiniz. Yaşamın sizin vasıtanızla kendisiyle nasıl ilişki kurduğunda ve kendisi hakkında nasıl konuştuğunda bilincinizin bir rolü vardır. Sabah kalkın ve yaşamı dinleyeceğinize dair niyet oluşturun. Tüm gün boyunca dinleme pratiği yapın. Zihniniz, gözleriniz, kulaklarınız, bedensel duyularınız ve kalbiniz vasıtasıyla dinleyin. Yaşam size ne söylüyor? Eğer bir ay boyunca bunu uygularsanız, alışkanlık haline gelebilir. Bu bir yaşam biçimi haline gelmelidir.

Kendinizi dinleyin. Dikkatinizi içe yöneltmek ve kendinize ne söylediğinizi hissetmek için zaman ayırın. İçinizin derinliklerinden hangi mesajları alıyorsunuz? Zihninizin ve kafanızdaki gevezeliğin ötesinde kendinizi rüyalarınız, bedeninizdeki du-

yumlar üzerinden dinleyin. Kendinize kim olduğunuz, dünyada nasıl olmanız gerektiği, sahip olduğunuz arkadaşlarınız, işiniz, yaşadığınız yer hakkında neler söylüyorsunuz? İç dünyanız neyi duymanızı istiyor?

İçe Akış Alıştırması

Bu alıştırma Elizabeth Frediani'nin Bedenin Ruhla Karşılaştığı Yer: Fiziksel ve Spiritüel Kişisel Bakım İçin Süptil Enerji İyileştirme Uygulamaları (Where Body Meets Soul: Subtle Energy Healing Practices for Physical and Spiritual Self Care) kitabından gelir.

Günlük faaliyetleriniz ve işiniz sırasında büyük bir enerji sarf etmeniz muhtemeldir. Elinizdeki işe odaklanırsınız. Yapılacaklar listenizi tamamlar ve çocuklarınıza, eşinize, ailenin diğer üyelerine, kariyerinize ve topluluğa karşı sorumluluklarınızı yerine getirirsiniz. Enerjik olarak konuşmak gerekirse, nefes verirsiniz. Dışa doğru akıştasınızdır. Enerjiyi almaktan ve muhafaza etmekten ziyade enerji harcamanın şiddeti, sizi fiziksel, zihinsel, duygusal ve spiritüel olarak tüketir. Enerji sarf etmenin panzehri enerjiyi yeniden kazanma ve içe akıştır.

Gözlerinizi Kapatın ve Dikkatinizi Bedeninize Verin.

Dışa harcadığınız enerjiye dikkat etmek ve o enerjinin farkında olmak için zaman ayırın. Gününüzü, haftanızı gözden geçirmek için kendinize zaman verin. Son dönemlerde hayatınızdaki büyük miktarda enerjinizi gerektiren şeyleri fark edin.

Şimdi kalben, dışa akan enerjinizin nazikçe tekrar içe akmasını isteyin. Eğer enerji akışı rahatsız edici veya çok güçlü bir şekilde hissedilirse, ellerinizi kalbinizin üzerine koyun, bu, enerji akışının düzenlenmesine yardımcı olacaktır.

Ara sıra bedeninizin nasıl hissettiğine dikkat edin. Eğer bedeniniz gerginse, karın bölgenizi yumuşatın ve bir ya da iki kez

yavaş, derin nefesler alın. Bu, bedeninizin enerji akışını almasına destek olacaktır. Tamamlandığını hissedene kadar bu işleme devam edin (3-10 dakika). Yavaşça odağınızı ve niyetinizi serbest bırakın. Gözlerinizi açın.

Günlüğünüzde Cevaplamanız İçin Sorular:

Fiziksel, enerjik ve duygusal olarak nasıl hissediyorsunuz?

Enerjinin içe akışını hissedebildiniz mi?

Eğer hissedebildiyseniz, güzel ve rahat bir şekilde mi hissettiniz?

Eğer rahat değildiyseniz, ellerinizi kalbinizin üzerine yerleştirmenizin yardımı oldu mu?

Eğer enerjinin içe akışını sağlayamadıysanız, bunu yapmakla ilgili herhangi bir endişenin bilinçli olarak farkında mıydınız?

Bu uygulama sırasında yaşadığınız diğer tüm duyguları veya deneyimleri yazınız.

Enerji Kazanımı ve Beden Geribildirimi:

Bu alıştırmayı tamamladıktan sonra, yaklaşık 20 dakika bekleyin ve nasıl hissettiğinize dikkat edin. Eğer biraz 'yıkılacak gibi' veya başınız ağrır gibi hissederseniz, bu demektir ki geri kazandığınız enerjinin tümünü özümsemiyorsunuz. Eğer durum buysa, gözlerinizi kapatın ve fazla enerjinin kuyruksokumu kemiğinden Toprak'a salıverilmesini isteyin. Sadece fazla enerjinin salıverilmesini söylemeniz ve ona niyet etmeniz önemlidir, bunun sonrasında geriye, tümünü kolaylıkla kullanabileceğiniz enerji kalacaktır.

2. Çakranın Muhafazası

Bu alıştırma da, Elizabeth'in Bedenin Ruhla Karşılaştığı Yer: Fiziksel ve Spiritüel Kişisel Bakım İçin Süptil Enerji İyileştirme

Uygulamaları (Where Body Meets Soul: Subtle Energy Healing Practices for Physical and Spiritual Self Care 40 kitabından gelir.

Elizabeth'in 8.bölümde açıkladığı gibi, enerji alma sadece o enerjiyi muhafaza edebilirsek ve kullanabilirsek yardımcıdır. Enerjiyi almanın ve hemen salıvermenin yardımı olmaz. 2.çakra enerjiyi muhafaza etmede çok önemlidir. Elizabeth 2.çakranın muhafazası için bir alıştırma sunar:

İkinci çakra öncelikle güç, kendi kendini muhafaza, beslenme ve diğerleriyle içten bağlantı kurma konuları ile ilgilidir. Her iki cinsiyetten öğrenciler, ikinci çakralarının kronik olarak stresli olduğunu görebilirler. Ancak kadınlar genellikle kalıcı bir çelişkiyi bünyelerinde barındırırlar.

Birçok kadın enerji ve çabalarının ne kadarını ailelerine ilgi göstermek ve eşleriyle bir ilişkiyi sağlamlaştırmak için harcadıklarını anlatacaklardır. Bu aynı kadınlar zayıf iradeli, tatmin olmamış ve kişisel güçten zayıf hissettiklerini söylerler.

Aileyle ilgilenme ve ilişkilere odaklanmaya dair ikinci çakra faaliyetleri, birleşme ve beslenmeyi vurgular. Enerjik olarak bu faaliyetler enerjinin dışa akışına neden olabilir ki bu da az veya aşırı tükenmeye yol açabilir. Kendi kendini muhafaza da ikinci çakra tarafından yönetilir. Muhafaza, kişisel güç ve direncin bir kaynağı olarak kişinin enerjisini tutabilme ve muhafaza edebilme yeteneğidir. Muhafaza net sınırlar gerektirir ve dışa akışı dengeler. Eğer aşırı enerjinin dışa aktığını ve ikinci çakranızdaki dengenin kaybolduğunu görürseniz, takip eden alıştırmayı denemenizi tavsiye ederim:

Gözlerinizi kapatın ve dikkatinizi ikinci çakranıza verin.

Enerjinizi içsel olarak ikinci çakranızın merkezinden yukarıya kalp çakranıza doğru yönlendirin.

Odağınızı 5-10 dakika boyunca bu şekilde tutun.

Hazır olduğunuzda odaklanmayı bırakın ve gözlerinizi açın.

Bu alıştırma sırasında içsel güç ve muhafazaya dair fiziksel bir algı hissettiniz mi? Eğer hissettiyseniz bu alıştırmayı yapmaya

devam edin. Eğer hissetmediyseniz de bu alıştırmayı yapmaya devam edin. Dikkatli bir şekilde kendi kendini incelemeyle birlikte bu alıştırma, ikinci çakra dengesizliklerinizi düzeltmenize yardımcı olacaktır.

İkinci çakranın bir dizi .karmaşık konuyu cinsel rolleri ve kimlikleri içeren birçoğunu yönettiğini hatırlamak önemlidir. Dolayısıyla ikinci çakra konularının ifadesi kültürden kültüre, dinden dine, aileden aileye içerik açısından değişir. İkinci çakranızla çalışırken bu dış etkileri göz önüne almanız, sizin için faydalı olacaktır.

Yaratıcı Boşluk

Boşluk yaratın

Yalnız veya başka bir kişiyle birlikte, sessizliği veya boşluğu kelimelerle, düşüncelerle veya eylemlerle nasıl doldurduğunuza bakın. Genellikle hiç boşluğunuz olmaksızın sıkışık veya meşgul hissettiğiniz bir zamanda, mesela sabah güne ilk olarak başladığınızda veya yoğun bir iş gününün ortasında, nefesinize veya mevcut olan sessizliğe dikkatinizi verin. Boşluk her zaman mevcuttur! Bedeninizi veya nefesinizi dinleme veya hissetme yoluyla onu bulabilir ve güçlendirebilirsiniz. Gün boyunca kendinize bu 'Ohhh...' anlarını verin. Boşluk, almada önemlidir, bu yüzden açık veya alıcı olmama yoluyla boşluğu nasıl doldurduğunuza dikkat edin.

Hiçbir eğlence olmaksızın evde sessizce oturun. Boşluk yaratmaya niyetlenin. Boşluğun doğasını ve ona neyin girebileceğini ve içinde ne olabileceğini dinleyin, hissedin, algılayın.

Başka bir kişiyle konuşmanızda, rahatsız edici boşluklardan kaçınmak için kelimeleri nasıl kullandığınıza dikkat edin. Boşluk yaratmak için dinlemeyi ve sessizliği uygulayın. Etkin olarak boşluk yarattığınızda, sohbetin akışı nasıl değişiyor?

Evinizi Temizleyin

Fiziksel boşluk ve enerjik boşluk son derece birbirine bağlıdır. Bu alıştırma evinizi, ofisinizi ve hatta arabanızdaki alanı boşaltma ve temizlemeye dair basit bir işlemdir. Eğer görünüşte dağınıklıkla çevrelendiyseniz, içsel dağınıklıkla düşüncelerle, duygularla, hislerle engellenirsiniz. Faydası olmayan veya fazla fiziksel veya enerjik malzemeleri boşalttığınızın farkında' lığı ile birlikte basit bir temizleme eylemi, bir şeyler için (yeni şeyler için değil) boşluk yaratmak için bir noktaya kadar yeterli olur.

Sessizlik Alıştırması Yapın

Sessizlik ve boşluk birbirine çok yakındır. Boşluk sessizdir ve sessizlik açıktır. Yaşam boyunca var olan sessizliği dinleyin. Dikkatinizi sessizliğe bir anlığına da olsa vermek, yaratıcı boşluğun gücünü etkinleştirir. Sessizlik, bahçenin köşesinde yüksek çimenler arasında büyüyen güzel bir çiçek gibidir. Gözünüze çarpmalıdır, ancak bir kez onu fark ettiğinizde, kitabın tüm güçleri bir araya gelir bağlanırsınız ve belki kendinizden geçersiniz; tüm yaşamda fark edilmemiş, ancak mevcut olan bir kutsallığı hissedersiniz; güzelliğin şekilsiz olanın dünyaya gelen nefesi olduğunu, yaşamda hiçbir açıklaması olmayan herhangi bir şey tarafından nasıl etkilendiğimizi ve bunun nasıl özlediğimiz bir şey olduğunu bilirsiniz.

Sessizliğe dikkat edin. Sizinle konuşmasına izin verin. Kendisini yeni baştan açığa çıkarmak için yaşamda bir boşluk yaratmasına izin verin.

Kadınların Töreni

9.Bölümde Larry Merculieff'ten kadınların kendileri dışında dünyaya yeni bir şey getirebilecek bir boşluk yaratabilme güçleri olduğunu öğrendik. Larry Merculieff, bu törenin nasıl yapılacağı

ile ilgili bazı temel unsurları şart koşmuştur. Kadın grupları ve törenleri dünya çapında türemektedir, bunlar dünyaya gerçekten yeni bir şeyler doğması için küresel ihtiyaca cevap verir gibi görünmektedir. Bu deneyimin bir parçası olun! Tören için sıkı kurallar olmasına gerek yoktur, ancak tören yapma niyeti, diğer unsurlarla birlikte mevcut olmalıdır.

Tören için niyetinizi belirleyin. Bu bir bireyi, bir topluluğu veya yerküreyi iyileştirmek için bir tören olabilir. Bir anne/kız regl töreni olabilir. Gündönümünü veya hasat zamanını kutlama töreni olabilir. Bir grup kadın bulun ve niyeti belirleyin.

Tören için arının ve temizlenin. Tören başlamadan önce, kendi bildiğiniz şekilde hazırlandığınızdan emin olun. Bu, banyo yapmayı veya kirlenmeyi içerebilir. Bu, törene gitmeden önce dua etmeyi de içerebilir. Törende paylaşmak üzere bir rüya dilemeyi içerebilir. Bu, hazırlanma için, derin niyete ve törenin gücüne uyumlanmak için özel bir zamandır. Tören başlarken, katılımcıların saflığını pekiştirmek için onlara adaçayı bulaştırın ve tören alanına ihtiyaç duyulmayan hiçbir şeyin getirilmediğine emin olun. Törende bir daire oluşturup oturun ve törene bilinçli olarak bir şarkıyla, bir mum yakarak veya toplu dua ederek başlayın. Duaların Larry Merculieff tavsiye ettiği gibi şükür duaları olduğundan emin olun *'Dua her zaman bir teşekkürdür!'*

Tartışma olmasın. Paylaşım gerçekleştiğinde, törenin amacıyla uyumlu olduğundan emin olun ve hiç kimsenin sözünün kesilmediğinden, hatta hiç kimseye karşılık verilmediğinden emin olun. Hiçbir tartışma olmamalıdır. Hiçbir analiz veya diyalog olmamalıdır. Bu, grubun ortasında törensel bir paylaşımdır.

Töreni bir adak veya dua ile bitirin. Bu, başka biri veya grubun kendisi için daireye bir şey koymasını içerebilir veya bireysel veya grup duasını içerebilir.

Eve televizyon izlemeye veya aşırı fazla faaliyette bulunmaya dönmeyin. Törenin akşamınıza ve takip eden günlere nüfuz etmesine izin verin. Yaşamdan gelecek olan rüyalara veya sem-

bollere açık olun. Yaşama ve size getirdiklerine özellikle uyum sağlayın.

Yaşamın Kutsallığı

Yaşamın kutsallığının kabul edilmesinde önemli bir unsur, yaşamın kutsallığının bilinmek istediğini anlamaktır. Tıpkı her birimizin yaşamlarımızda gerçekte kim olduğumuzun bilinmesini isteyerek yolculuk etmesi gibi, başkalarının bizi tanıyabilmesi için onlarla paylaşımda bulunmamız gibi, anlaşılmamız ve kabul edilmemiz için kendimizi ifade etmemiz gibi, yaşam da bilinmek ve görülmek ve kendisiyle ilişki kurulmasını ister. Tüm çevremizdeki yaşam, onu anlamamızı ve onun milyonlarca özelliği yoluyla her birimizi içeren dışa vurulan kutsal özüyle ilişki kurmamızı ister.

Bu bölümdeki alıştırmalar, hayat dolu gözlerle görmeye, sizde ve çevrenizde mevcut olana açık olmaya ve kutsal olmayanı geride bırakmaya ve kutsal olan için alan yaratmaya istekli olmaya bağlıdır.

Dağınıklığı Temizleyin (Evet, Yine!)

Bir ay süresince, yaşamınızda kutsal olmayan ne varsa onu temizlemeye kendinizi adayın. Gece geç saatler ve sabah erken saatler, zor sorularla yaşamınızı değerlendirmeniz için ideal zamanlardır 'Benim için kutsal olmayan şeylere ne kadar zaman, enerji, para, çaba harcıyorum?' Fiziki dünyanızı olduğu kadar para harcadığınız şeyleri, evinizde biriktirdiğiniz eşyaları psişik dünyanızı da enerjinizi verdiğiniz insanları, zamanınızın büyük kısmını harcadığınız işinizi değerlendirin. Yaşmınızın hangi yönlerinin meyve vermediğini, hangi yönlerinin anlamdan yoksun göründüğünü, hangi yönlerinin istenilen günün şartlarına uymadığını belirleyin. Eğer mümkünse, onları bırakın insanları, eşyaları, gerçekte yaşamın kutsallığını onaylamayan zaman geçirme yollarınızı bırakın. Eğer sizin için anlamı olmayan, ancak parası-

na ihtiyacınız olan bir işte çalışıyorsanız, durumu tam farkındalıkla muhafaza edin. Daha derin ve daha anlamlı bir şey için özleminizin kalbinizde ve içinizde yanmasına izin verin. Değişim için fırsatları gözleyin. Sizin için anlamsız gibi görünen herhangi bir durumda sıkıştığınızı hissediyorsanız, durumu tam farkındalıkla muhafaza edin, ilerlemek için bir fırsat dileyin, kendisini ifşa edecek olan bir değişimi gözleyin ve bekleyin.

Yaşamınızda Kutsal Olanı Bulun

Güzellik gibi yaşamın kutsallığı da tüm çevremizde ve içimizdedir. Yaşamın kutsallığını bilme gücünü, tıpkı güzelliği kabul etmenin onu güçlendirmesi ve dönüştürmesi gibi, onu kabul ederek etkinleştirebiliriz. Bu alıştırmanın yukarıdakini takip etmesine izin verin; bu alıştırma sonucunda ortaya çıkacak olan anlayışın, bir öncekinde yarattığınız boş alana girmesine izin verin.

Yaşamınızdaki şeylerin, olayların ve insanların doğasını incelemek için korunan bir zaman ve mekân ayırın. Kendinize aşağıdaki soruları sorun ve günlük tutun:

- Bu durumlar bana ne öğretiyor?

- Kalbim hayatımdaki diğer insanların kalpleri ve durumlarıyla nasıl bağlantı kuruyor?

- Kendimi adadığım insanlardaki ve durumlardaki güzellik nerededir?

- Bu insanı veya durumu kutsal yapan nedir?

- Bu kutsal yöne odaklanabilir miyim ve onunla ilişki kurabilir miyim?

Yiyecek, su, hava ve toprağın kutsallığını kabul edin.

Gününüz sırasında, çevrenizdeki unsurların kutsallığını kabul etmek için zaman ayırın.

Yemek yediğinizde yiyeceğin sizi canlı tuttuğunu ve bunun harika bir hediye olduğunu fark edin.

Su içtiğinizde, suyun bedeninizdeki tüm hücrelere nasıl ulaştığını, yaşam gücünüzü nasıl canlandırdığını ve etkinleştirdiğini kabul edin.

Dışarıda yağmur yağdığında, yağmurun kutsallığını çimenleri nasıl yeşerttiğini, size içecek su sağladığını, yerkürenin hücrelerini nasıl beslediğini, yerküreyi nasıl temizlediğini ve arındırdığını kabul edin.

Rüzgâr estiğinde, rüzgârlara 'Neyi uçuruyorsun?' 'Neyi temizliyorsun?' diye sorun.

Bir kuş uçup gittiğinde, sizden herhangi bir şey isteyip istemediğini sorun.

Örümcekleri veya sinekleri, onların yaşamın birer armağanı olduklarını kabul etmeden öldürmeyin. Eğer onları öldürürseniz, ne yaptığınızın tam farkında olarak yapın. Yapmanız gereken şeyi yaparken bir dua edin.

Alametlerle Çalışmak

Yaşamın kutsallığını fark etmek, süregiden bir şekilde onunla iletişim kurmayı ve yaşamı dinlemeyi içerir. Yaşam size ne söylemektedir? Nasıl karşılık vermeniz gerekir? Yaşamla sadece içtenlikle ilgilendiğimizde onun kutsallığı ile ilgili deneyimimizi derinleştiririz. Bu boyuta adım atmanın bir yolu, yaşamdaki işaretleri ve alametleri fark etmektir. Yaşamdaki işaretleri görmek ve alametlerle çalışmak ile ilgili aşağıdaki yorum, Sandra Ingerman'dan gelir:

"Yerli geleneklerde, yaşamda var olan her şeyin canlı olduğuna ve bizimle etkileşimde olduğuna inanılır. Doğa her zaman bizimle iletişim halindedir ve genellikle bu onun bize alametler ve işaretler göndermesiyle olur. İşaretlerle ve alametlerle çalışmak, bize yaşamın akışıyla uyum içerisinde olduğumuzu gösterir. Fizikte bir birlik durumunu tarif etmek için 'birleşik alan' terimi kullanılır. Yerli kültürlerde kullanılan terim, yaşam ağıdır".

Tek bir evrensel güce bağlıyızdır ve doğanın bir parçasıyızdır. 'Yaşam nehri' ile birlikte aktığımızda evren bize, bizi sağlıklı ve akıllı kararlar vermemize yönlendiren kılavuzlar gönderir. Hem doğada hem şehir hayatında ilerlerken, bize verilen günlük mesajlara dair farkında' lığımızı arttırdıkça, bu işaretleri elde ederiz. Yaşamda bir sonraki adımınızın ne olması gerektiğine dair sorularınız oldukça, eğer dikkat ederseniz, evren her zaman bir işaret gönderir. Ve spiritüel geleneklerde bu işaretlere alamet denir. Bu, sanki evren takip etmemiz için ekmek kırıntısı döküyor gibi hissedilebilir. Mantıklı anlayışımızın ötesindeki yollarla kılavuzluk almaya yönlendiririliriz.

Doğada yürürken, hatta işe giderken bile, dış görünüm özellikleri sorunuzun cevabı olabilecek bir hayvan görebilirsiniz. Gökyüzünde oluşan mecazi bir karşılık sunabilen bulut şekillerini fark edebilirsiniz.

Ayrıca tamamen yabancı biriyle tanışabilir ve sohbetinizde kendinizi, ilgilendiğiniz bir soru veya problemin cevabını alırken bulabilirsiniz.

Bazen işaretler, siz bir soru üzerinde düşünürken radyoda çalan bir şarkıyla gelebilir. Hayatınızda bir meseleye odaklanmış olabilirsiniz ve bir yanında sorunuza cevabı içeren sözleri veya bir çeşit ilham içeren bir reklamı olan bir otobüs önünüzden geçebilir. Bir kitaba göz atıyor olabilirsiniz ve ihtiyacınız olan ilhamı size sağlayan mükemmel bir cümle veya paragrafla karşılaşabilirsiniz.

Aldığınız alametlerin sorunuza bir cevap mı yoksa bir tesadüf mü olduğunu merak edebilirsiniz. Albert Einstein bize, rastlantının Tanrı'nın gizli kalma yolu olduğunu hatırlatır. 1980lerde zor bir dönemden geçiriyordum. Bir gün evrene bir duayla seslendim. 'Bana takip edebileceğim belirgin işaretler göster.' dedim.

O günden sonra dikkat ettiğim sürece, sağlıklı seçimler yapmam için yaşamın bana tüm alametleri ve işaretleri gönderdiğini gördüm. Elbette kilit nokta farkında olmam ve dinlememdi.

Hepimizin yaşamında geçmiş bir olaya kafa yorduğumuzda, bize verilen işaretleri görmezden geldiğimizi fark ettiğimiz zaman-

lar olmuştur. Aldığımız bilgileri görmezden gelmeye karar vermiş olabiliriz veya verilen bu kılavuzluğun sadece farkında ol-mamış olabiliriz. Birçoğumuz yaşamı uykuda ve yaşamlarımız-daki dış uyarıcılarla yaratılan bir trans halinde yaşayarak geçirir.

İhtiyacımız olan yardım ve kılavuzluğun bize gösterildiğini her zaman fark etmeyiz. Bize verilen işaretlerin her zaman farkında olmayız. Zihinlerimiz genellikle çok meşguldür ve evrenin bizim yüce hayrımıza bir şeyleri açığa çıkardığını fark edemeyecek kadar dikkatimiz dağınıktır.

Alametleri ve işaretleri gözleme uygulamasına başlamanızın güzel bir yolu, doğada yürüyüş yapmaktır. Yürüyüşe başlamadan önce, kılavuzluğa ihtiyacınız olan bir soru hakkında düşünmeye başlayın. Hayatınızı etkileyecek bir seçim yapmayı düşünüyor olabilirsiniz. Bunu düşünün ve size bir işaret gösterilmesine dair niyetinizi taşıyın.

Yürürken doğanın güzelliğinin zihninizi sakinleştirmesine izin verin. Sadece dikkatli olun. Birkaç derin nefes alın. Gökyüzünde size içgörü sunabilecek bulut oluşumlarının farkında olup olmadığınıza dikkat edin. Bir işaret olabilecek belli nitelikleri olan bir hayvan, kuş, böcek vs. görebilirsiniz. Hayal gücünüzü kullanın ve sadece farkında kalın.

Yaşamınızda yapmak üzere olduğunuz bir değişiklik hakkında bir karara vardığınızda yürüyüşe çıkın ve bir onay isteyin. Yeni kararınıza odaklanırken, size 'evet' diye fısıldayan nereden çıktığı belirsiz bir rüzgâr esebilir. Yaşamınızda bir değişiklik yapmayı hayal ederken, karşınıza güzel bir kelebek çıkabilir ve elinize konabilir. Gökyüzünün kalın bulutlarla kaplı olduğunu ve yeni bir yaşam seçiminiz hakkında düşünürken bulutların ayrıldığını ve güneşin parladığını fark edebilirsiniz. Bir yaşam değişikliği ile ilgili düşünürken bir ağacın önünden geçtiğinizde, tüm yaprakları onay verme gibi hissedilen bir şekilde sallanabilir.

Bu şekilde çalışma şekliyle, doğa size karşılık verdikçe sezginize inanmalısınız.

Uygulamaya istekli ve inatçı olun. İlk denemenizde doğal dünyayla bağlantı kuramıyor gibi hissedebilirsiniz. Niyetinizi taşımaya ve yürüyüşlere çıkmaya devam edin.

Evde, işte veya okulda sezginizin sizi kitaplıktaki bir kitaba yönlendirmesine izin verin. Sadece bir sayfa açın. Sayfayı okuyun ve önemli bir mesaja yönlendirilip yönlendirilmediğinizi görün.

Rastgele bir sohbet gibi görünen şeylerin aslen bir şekilde size ilham veren ve yardımcı olan harika bilgelikler taşıdığı eski arkadaşlarla veya yabancılarla eşzamanlı karşılaşmalar yapıp yapmadığınıza dikkat edin.

Bunu daha fazla yaptıkça, size yol gösterilmesi için önünüzdeki yolun daha fazla aydınlatıldığını fark edeceksiniz. İyileşmemizde, gelişmemizde ve tekâmülümüzde evrenin nasıl pay sahibi olduğuna dair farkındalığımız arttıkça, yaşam daha derin bir anlam kazanacaktır.

Katkıda Bulunan Kişilerden Notlar

Dorothy Atalla'dan;

Benim görüşüm, kadınların uzun zamandır kendi özel alanlarında gerçekleştirdikleri ilginin tüm niteliklerine daha geniş dünyada ihtiyaç duyulduğudur. O türden bir ilgi, sevgi ve besleme, günümüzde tanık olduğumuz muazzam değişikliklerden geçerken yerküremizin ihtiyaç duyduğu bir şeydir.

1981'de, dünya üzerinde tekrar dengeyi sağlamak için Dişil-'in yeniden ortaya çıkışından bahseden yardımsever bir dişil Varlık ile bir diyaloga başladım. Şimdi o diyalog yeni yayınlanan Tanrıçayla Sohbet: Petra'da, Gücün Yerinde Karşılaşma (Conversations with the Goddess: Encounter at Petra, Place of Power) kitabımın kapağındadır. Varlık, kadınların gezegensel dönüşümün temsilcileri haline geleceklerini söylemiştir. 1980li yılların başlarında sözleri çok radikal görünmüştü, ancak şimdi çevremizdeki eski yolların yıkıldığının kanıtlarını görebiliyoruz ve tıpkı onun tahmin ettiği gibi, yeni bir şeylerin doğmaya çalıştığını algılıyoruz. Gelecek için sözleri şu şekildedir:

"Kadınlara yeni bir dünya yaratmaları için vizyonlar verilecektir. Lider olan belirli kadınlar vizyonerler olarak Leonardo da Vinci'ninkine eşdeğer itibar elde edeceklerdir. Bu kadınlara, yeni kolektifin ne olacağına dair anahatları ve hatta detayları görmeleri için olanak tanınacaktır. Evet, yeni toplumun resmi, her ne kadar genellikle öyle tarif edilmese de, tıpkı gezegenin tarihi boyunca ortaya çıkan yeni toplumların anahatlarının algılanış şekliyle, öngörü gücü vasıtasıyla algılanacaktır.

Elizabeth Frediani'den;

Güç, basit ve sade bir şekilde, kişinin asıl doğasına uygun olarak yaşamasıyla ortaya çıkan yaşam gücü olarak tanımlanabilir. Güç, gerçekliğin bir sonucudur. Hilesizdir, dış bir koşula bağlı değildir. Güç direkt olarak ruhtan gelir.

Gücümüzü somutlaştırma, atalarımızı bilgilendirmek ve iyileştirmek için kızlarımıza ve onların kızlarına, oğullarımıza ve onların oğullarına doğru uzanan ve geçmişe ulaşan hayati bir titreşim üretir. Gücümüzü yaşamak tüm ilişkilerimize insan, hayvan, yeni, ruh, temel ve güzel dünyamıza fayda sağlar.

Sandra Ingerman'dan

Değişim ve yaratım içimizden akar. İçimizde bir düşünce kök salar ve sonra tohum beslendikçe doğru zamanda doğar. Kadınlar olarak yaşamın içten doğduğunu anlarız.

Batılı zihniyette dünyadaki dış değişimin sadece ortaya çıkmasını isteriz. Değişim ve yaratımın doğumun doğal bir süreci olduğunu unuturuz.

Spiritüel geleneklerde, tüm yaratımın fiziksel âlemde tezahür etmeden önce görünmeyen dünyada ruhlar dünyasında başladığı öğretilir. Düşüncelerimiz, söylediğimiz sözler, imgesel rüyalar dış dünyamızı yaratan her şeydir.

Huzur, sevgi, uyum, saygı ve gururla dolu bir dünyanın hayalcileri olmak, şu anda ihtiyaç duyulan şeydir. İlgilendiğimiz spiritüel öğretiler, olumlu yönde değişim yaratıcılar olma gücüne sahip olduğumuz yerlerdir. Ve birlikte gezegenimize evrensel sevgi ve ilahi ışığı getirmeye adanmış bir topluluk olarak spiritüel enerjilerimizi bir araya topladığımızda ve kalplerimizi birleştirdiğimizde, iyileştirme gücü katlanır. Bir olarak ne yapabileceğimiz, birlikte çalıştıkça geniş ölçüde büyür.

Larry (Ilarion) Merculieff'ten;

Belki de günümüzün en dikkat çekici konusu, kadınların 'asıl şifacılar' olarak yenilenmeleridir. Birçok yerli kehanetlerinin işaret ettiği üzere, 'Beşinci Boyut Dünyasına Harekete' kadınlar tarafından öncülük edilecektir. Kadınlar kolektif olarak kendi kutsal güçleriyle yeniden bağlantı kurduklarında ve törene dö-

nüş yaptıklarında, eril dengesizlik düzeltilecektir. Bu dengesizlik, Toprak Ana'ya dayalı kültürler, kadınlar ve Toprak Ana'nın kendisi olmak üzere, dişil olan her şeyin binlerce yıllık yıkımının, istismarının, baskısının ve ihlalinin kaynağındadır. Ömrümüz süresince dünyanın, kadınların neden kutsal olduğunu hatırladığını ve kadınların neden daha yüksek bilinç seviyesinden bir şeyler doğurmada mutlak önemli olduklarını anlamaya başladığını görebiliriz.Topraklarıyla ve sularıyla yakın ve sürdürülebilir ilikileri olan ve çevrelerindeki her şeyle ilişkilerinde spiritüel temeli muhafaza eden yerli insanların 'sürdürülebilirliğin' ne anlama geldiğine dair derin bir anlayışları vardır. Kutsal dişil ilkesinin anlay-şından kaynaklanan bu yaşam yolları, Toprak Ana ile ilişkimi-deki ve dolayısıyla Kutsal Dişil ile ilişkimizdeki uyumu yenil-mede kolektif olarak inebileceğimiz derinliği sınırlayarak genel olarak anlamlı şartlar dışında kullanılan, sürdürülebilirliğin Batılı kavramı için önemli bir dengedir. Yerkürenin yaşamı destekleyici yapıları, yaşama kabiliyetlerinin uçlarına itilirken, bu dengeyi yeniden sağlamak daha da acil hale gelir. Aleut (Unungan) Geleneksel Habercisi olarak Ilarion Merculieff, eski bilgeliği günümüze taşımaya, Yerli yaşlı bilgeliğini ve Yerli spiritüel liderlerin mesajlarını dünyayla paylaşmaya dair kültürel görevi yüklen-miştir.

Sobonfu Somé'den;

Sobonfu Somé saygıdeğer bir eğitmen, eylemci ve yazardır. Yerli bilgeliğinin muhafaza edilmesine ve paylaşılmasına tahsis edilmiş olan, Afrika'daki kuyular, okullar ve sağlık projeleri için para toplayan Wisdom Spring, Inc.'in kurucusudur.

Dr. Guan Cheng Sun'dan;

Yaratıcılık, hayati enerji ve yeni yaşam yin ve yangin birbirleriyle etkileşiminin sonuçlarıdır. Yinin kökleri yangdedir. Yin ol-

madan yang ortaya çıkamaz. Tek başına yang gelişemez. Yin ve yang arasındaki denge ve uyum, kişisel sağlık ve gelişim ve kolektif refahın temelidir. Kadınlar sadece yinin doğasına, dişilin gücüne değil, aynı zamanda besleme kaynağına, özene ve sezginin bilgeliğine de sahiptirler. Kadınlar ayrıca doğal temizleme yeteneğine ve iyileştirici güce sahiptirler. Kadınların eşsiz doğasının gelişimini kabul etmek, teşvik etmek ve desteklemek, kadınların ruhunu fazlasıyla besleyecek ve insanlığın iyileşmesine ve dönüşümüne fayda sağlayacaktır. Kadınların doğasına ve bilgeliğine saygı duymak, onları onurlandırmak ve takdir etmek, sağlıklı, mutlu ve esaslı bir toplum geliştirmede önemlidir.

Llewellyn Vaughan Lee'den;

Kadınlar yaratımın matrisidir ve şu zamanda umutsuzca ihtiyaç duyulan dünyanın iyileşmesi ve dönüşümü için tohumlara sahiptirler. Dişilin gücünü ve bilgeliğini, onun kutsal doğasına ve yaratım ritmine dair anlayışını ve derin bilgisini yeniden kazanmamız gerekir. Onun mevcudiyeti ve katılımı olmadan yeni hiçbir şey doğamaz ve mevcut küresel materyalist kültürümüzün ruhsuz boş topraklarıyla kalakalabiliriz. Eğer kadınlar kendi kutsal güçlerini ve derin bilişlerini yeniden kazanabilirlerse, iyileşme ve dönüşümün hayati çalışmasına, dünyanın ruhunu kurtarma çalışmasına başlayabiliriz.

Pamela WIlson'dan;

Kadınların tümü kalptir! Direnç, Verme ve Merhametin kendisidir. Bir araya toplanarak birbirimizi bilinenden ve alışılmıştan en derin gücümüze ve netliğimize doğru çiçeklenmeye davet ediyoruz ki böylece dünyaya denge, anlayış ve gerçek huzuru sunabilelim.

Son Notlar

Lady Nijo, The Confessions of Lady Nijo, trans. Karen Brazell (Stanford, CA: Stanford University Press, 1973)

Mata Amritanandamayi Devi, 'The Awakening of Universal Motherhood' (address given at the Global Peace Initiative of Women Religious and Spiritual Leaders conference, Palais des Nations, UN, Geneva, 7 Ekim 2002).

Taittiriya Upanishad 3.10.5–6, quoted in John Mabry, People of Faith: A Companion to the Revised Common Lectionary (Hants, UK: O-Books, 2009)

Hildegard of Bingen, quoted in Heinrich Schipperges, Hildegard of Bingen: Healing and the Nature of the Cosmos (Princeton, NJ: Markus Wiener Publishers, 1997)

Hildegard of Bingen, Meditations with Hildegard of Bingen, edited by Gabriele Uhlein (Santa Fe, NM: Bear & Co., 1983)

Mother Teresa quoted by Edward W. Desmond in 'Interview with Mother Teresa: A Pencil in the Hand of God,' Time Magazine, 4 December1989.

Mirabai, 'Mira the Barterer,' from Mirabai Ecstatic Poems, trans. Robert Bly and Jane Hirshfield (Boston: Beacon Press, 2004)

Bhai Sahib, quoted in Irina Tweedie, Daughter of Fire (Inverness, CA: The Golden Sufi Center Publishing 1986)

Bhai Sahib, quoted in Irina Tweedie, Daughter of Fire (Inverness, CA: The Golden Sufi Center Publishing, 1986), 634 635. A.g.e.

Gioia Timpanelli, Sometimes the Soul: Two Novellas of Sicily (New York: WW Norton & Co. Inc., 1998)

Peire Vidal, Plus que l. paubres quan jaia el ric ostal, trans. And selected by A.S. Kline, 'From Dawn to Dawn Troubadour Arnaut Daniel de Riberac, En c'est sonnet coind'e leri, trans. and selected by A.S. Kline, 'From Dawn to Dawn Troubadour

'Beautiful You Are, Our Lady' Part II, a talk by Medjugorje Visionary Marija, 10 August 2009,

Ibn Arabi quoted in Laleh Bakhtiar, Sufi Expressions of the Mystic Quest (London: Thames & Hudson, 2004)

Hafiz, quoted by J. Nurbakhsh, Sufi Symbolism Volume 1 (London: Khaniqahi-Nimatullah Publications, 1984)

Jalalludin Rumi, Rumi, Fragments, Ecstasies, trans. Daniel Liebert (Santa Fe: Source Books, 1981),

Shaykh Muhammand Hisham Kabbani, Angels Unveiled: A Sufi Perspective (Chicago: Kazi Publications, 1995)

'The Night Chant' in Neil Philip's In a Sacred Manner I Live: Native American Wisdom (New York: Houghton Mifflin Company 1997)

Quoted by Kristian Hvidt in Von Reck's Voyage: Drawings and Journal of Philip Georg Friedrich von Reck (Savannah: Beehive Press, 1990)

Roger L. Nichols, The American Indian: Past and Present (New York: Alfred A. Knopf, 1986)

Rainer Maria Rilke, Letters to a Young Poet, trans. Mark Harman (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2011)

Mechtilde of Magdeburg, edited by Sue Woodruff in Meditations with Mechtilde of Magdeburg (Santa Fe: Bear & Co. Inc., 1982)

From Emmylou Harris's 'Prayer in Open D' from her albüm Cowgirl's Prayer, Elektra, 1993.

Attar in The Ocean of the Soul: Man, the World, and God in the Stories of Farid al-Din Attar, trans. Hellmut Ritter (Leuden, the Netherlands, Konikklijke Brill NV, 2003)

Encyclopedia of Religion and Ethics, vol. VIII, 'Life and Death – Mulla,' ed. James Hastings (New York: Charles Scribner's Sons, 1916)

Cheyenne song, quoted in T.C. McLuhan, Way of the Earth (New York: Touchstone, 1995)

Hafiz, 'No More Leaving' in The Gift: Poems by Hafiz the Great Sufi Master, trans. Daniel Ladinsky (Middlesex, UK: Penguin, 1999)

Teşekkürler

Çalışmalarını bu kitapta kullanmama izin verdiklerinden dolayı aşağıdaki kişi ve kurumlara içten şükranlarımı sunarım.

A.S. Kline'a, Peire Vidal ve Arnaut Daniel de Riberac tarafından yazılan Troubadour şiirlerinin çevirilerini kullanmama izin verdiği için. Şiirlere şu adresten ulaşabilirsiniz: http://www.-poetryintranslation.com/PITBR/French/FromDawnToDawn.htm

Daniel Ladinsky'ye Penguin yayınlarından Armağan: Büyük Sufi Ustası Hafız'dan Şiirler (The Gift: Poems by Hafiz the Great Sufi Master)©1999 kitabından Hafız'ın 'Artık Yaşamak Yok (No More Living)' şiirinin çevirisini kullanmama izin verdiği için.

Shaykh Hisham Muhammad Kabbani ve Amerika Yüksek İslam Konseyi (Islamic Supreme Council of America)'ne Açığa Çıkmış Melekler: Sufi Bakış Açısı (Angels Unveiled: A Sufi Perspective) (Kazi Publications, 1995)' ndan alıntı yaptığım için.

Glenn Mullin'e Snow Lion yayınlarından Dalai Lama'nın Seçilmiş Çalışmaları 1: Sutra ve Tantraları Birleştirmek (Selected Works of the Dalai Lama 1: Bridging the Sutras and Tantras, 1981) kitabından ilk Dalai Lama'nın 'Beyaz Tara'ya Övgü: Yaşamı ve Bilgeliği Arttırmak İçin Bir Değerli Taş (Praise to White Tara: A Gem to Increase Life and Wisdom)' çevirisini kullanmama izin verdiği için.

Altın Sufi Merkezi (The Golden Sufi Center)'ne Llewellyn Vaughan Lee'den alıntıları ve Irina Tweedie, 1986'dan Ateşin Kızı (Daughter of Fire)'ndan alıntıları kullanmama izin verdikleri için. Bear & Company'ye Inner Traditions International (1983) bir şubesi olan Bear & Company tarafından basılan, Gabrielle Uhlein tarafından düzenlenen, Bingen'den Hildegard ile Medi-tasyon (Meditations with Hildegard of Bingen)'dan alıntıları kullanmama izin vedikleri için. Tüm hakları saklıdır.

Robert Bly ve Jane Hirshfield tarafından yazılan Mirabai: Mest Edici Şiirler(Mirabai: Ecstatic Poems © Robert Bly ve Jane Hirshfield), 'Takas Yapan Mira (Mira the Barterer)' şiirinin kullanımı için. İzinle tekrar basılmıştır.

"Vaktini ve bilgeliğini benimle paylaşarak kitaba katkıda bulunan herkese, kitabımın daha en başında iyi fikirleri ile bana eşlik eden Sara'ya ve ne zaman ihtiyacım olsa yanımda olan sevgili arkadaşım ve mükemmel editörüm Nan'e çok minnettarım..."

Hilary Hart

Kadın Bedeninin Spiritüel Gücü

HILARY HART

Kadınların Beden Bilgeliğinden ve Spiritüel Gücünden Yararlanma Rehberi

Hilary Hart, Yaşamın spiritüel doğasının yenilenmesi konusunda destek verecek olan kadınların bedenlerinde ve içgüdülerinde saklı dokuz gizli gücü tanımlıyor.
Kitap, dünyanın en öngörülü spiritüel öğretmenlerinin rüyalarına ve deneyimlerine dayanarak yapılan röportajlardan oluşmaktadır. Bu röportajlar, kadın bedenin ve yerkürenin birlikte mistik gücün merkezi olarak kabul edildiğini anlatmaktadır. Aynı zamanda kadınların sadece kendilerinin yapabileceği spiritüel çalışmalara öncülük etmektedir.

"Göğüslerimizde, yaşamı spiritüel olarak besleyen bir çakra.. Yerküreyi iyileştirmek için bedenlerimizde gizli bir madde.. Rahimlerimizde evrenin yaratıcı merkezine doğrudan bir bağlantı.."

Hilary Hart kadınların spiritüalitesine ve kolektif evrimdeki rolüne odaklanan bir yazar ve öğretmendir. 2010 yılında, kadınların ortaya çıkmasına ve güçlerini küresel değişim için kullanmalarına yardımcı olmak için tasarlanan "Kadınların Güç Çarkı" (Women's Power Wheel)'nı kurdu. Hilary, geleneksel spiritüel arayışına başlamadan önce Yale Üniversitesi ve Colorado Üniversitesi'nde Felsefe okudu. Tibet Budizmi ve Sufizm'de engin bilgisi vardır ve Halihazırda New Mexico Taos'ta çocukların savunucusu olarak çalışmaktadır.

Ray Yayıncılık
Küçükyalı Cad. Yalı Apt. No:10 A Blok D:1
Yalı Mah. Maltepe - İstanbul
Tel.: 0216 352 21 60 - 0212 244 0881
www.rayyayin.com